

T

tabaco. Véase: vino sabor tabaco.

tabaco. Nombre vulgar de la planta: *Nicotina tabacum*. Según el Código Alimentario, Capítulo XXV. Sección 8ª. Comprende: 3.25.74 **Tabaco**. 3.25.75 **Clasificación**. 3.25.79 **Manipulaciones**. 3.25.80 **Papeles para cigarrillos**. 3.25.81 **Filtros**. 3.25.82 **Prohibiciones**. 3.25.83 **Almacenamiento y transporte**. 3.25.84 **Envasado**. Véase: alimentos estimulantes y derivados.

tabaco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **macarela chuparaco**.

tabaco desnicotinizado. Según el Código Alimentario, 3.25.78. Es el “tabaco genuino” cuyo contenido en nicotina no exceda de 4 por 1.000 sobre materia seca. Véase: clasificación de tabaco.

tabaco genuino. Según el Código Alimentario, 3.25.76. Es el elaborado con sus hojas, sin contaminación alguna, y que responde al aroma y gustos característicos de su clase, variedad y zona de producción. * Contendrá, como mínimo, 8 por 1.000 de alcaloides totales, expresados en nicotina sobre materia seca, y, como máximo, 1,5% de humedad. Véase: clasificación de tabaco.

tabaco pobre en nicotina. Según el Código Alimentario, 3.25.77. Es el “tabaco genuino” cuyo contenido en nicotina sea superior al 4 por 1.000, pero sin exceder del 8 por 1.000 sobre materia seca. Véase: clasificación de tabaco.

tabanc. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bacaladilla**.

tabbouleh. Plato integrante de la cocina clásica “cocina del Mediterráneo”. Tiempo de realización 20 minutos. **Ingredientes:** bulgur o trigo triturado, agua caliente, perejil, cebolleta, tomate, menta, zumo de limón, aceite de oliva. Véase: cocina fresca en la cocina clásica. Nombre español: ensalada de trigo búlgaro partido y hierbas.

tabella. Véase: tavella.

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

tabernero. Designación oficial española del pez: *Crenilabrus marginatus*; *Crenilabrus suillus*; *Ctenolabrus marginatus*; *Ctenolabrus rupestris*; *Ctenolabrus suillus*; *Labrus cinereus*; *Labrus rupestris*; *Lutjanus rupestris*; *Sparus carudae*. Sinónimo oficial: Chaparrudo; Durdo; Gripau; Karraspio; Porredana; Roquer.

tabernero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tae rocas**.

tabil. Esta mezcla es propia de Túnez. Tabil significa cilantro, aunque generalmente se aplica a esta mezcla de ingredientes. **Ingredientes:** semillas de cilantro, semillas de alcaravea, dientes de ajo, guindilla seca picada. Véase: mezclas de especias.

tablajería. Carnicería, puesto o despacho en que se vende carne.

tabletas de carne. Véase: tabletas, bloques, granos, polvo o pasta de carne.

tabletas energéticas. Véase: actividad física intensa. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tabletas energéticas Santiveri	
Energía (kJ)	1500,62
Sodio (mg)	560,00
Energía (kcal)	359,00
Magnesio (mg)	150,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	88,00
Grasa (g)	0,80
Proteína (g)	0,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Fibra (g)	
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)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

tabletas, bloques, granos, polvo o pasta de carne. Según el Código Alimentario, 3.10.30. d. Son los productos obtenidos en las formas especificadas, a partir de carne o su extracto acuoso, con sal comestible y mezclados o no con grasa, especias o extractos de especias y/o hortalizas. Humedad máxima, 20%. Creatinina en residuo seco,

mínimo, 0,6%. Véase: extracto y caldo de carne.

tablete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado espejo**.

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

tabunuco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoíta negra**.

taburó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: jaquetón; lamia; tintorera.

taburón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cornuda; lanetón.

taca. Designación oficial española del molusco: *Protothaca thaca*. Sinónimo oficial: Almeja; Almeja chilena; Almeja venérida; Mejillón; Mejillón de altura; Raca.

taca. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: almeja blanca chilena; almejuela de bahía; almejuela magallánica; almejuela rayada; almejuela zanahoria; pluma maro-tilla; taca menor

taca menor. Designación oficial española del molusco: *Protothaca grata*. Sinónimo oficial: Taca.

tacatá. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **santiaguíño**.

tacay. Nombre vulgar de la planta: *Arachis hypogea*; *Juglans neotropica*.

tacay del Meta. Nombre vulgar de la planta: *Juglans neotropica*.

tachelée del este. Véase: vaca Tachelée del Este.

tachuela. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: maruca; tiburón negro espinoso.

tachula. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **maruca**.

Tachypleus. Familia: xifosúridos. En la región del indopacífico se crían 2 géneros con cuatro especies diferentes de cangrejos pastinaca. En su aspecto exterior, al igual que en su comportamiento, apenas se distinguen de los animales del Atlántico, la única diferencia consiste en que las hembras no depositan sus huevos en la arena, sino que los llevan consigo hasta que salen las larvas. El cangrejo pastinaca se da desde Japón hasta Indonesia. El hígado y los huevos se consideran un manjar. Sin embargo, la carne también se utiliza en parte sobre todo en sopas. * La *Carcinosepius rotundicauda* es una especie que también se cría allí, pero no debe comerse puesto que es venenosa. El consumo de estos animales ya ha ocasionado algunas muertes. Véase: otros mariscos. Nombre vulgar: **cangrejo pastinaca**, cacerola de las islas Molucas.

Tachysurus atrolumbeus. Pez. Designación oficial: **bagre tumbelo**.

Tachysurus barbatus. Pez. Designación oficial: **bagre blanco**.

tacu tacu de frijoles. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** frijoles, arroz, ají amarillo, galleta de soda, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

Tadorna tadorna. Familia: anátidos. Véase: ánades. Nombre vulgar: **tarro blanco**.

tae rocas. Designación oficial española del pez: *Acantholabrus imbricatus*; *Acantholabrus imperialis*; *Acantholabrus paltoni*; *Acantholabrus romerus*; *Crenilabrus exoletus*; *Crenilabrus luscus*; *Lutjanus paltoni*. Sinónimo oficial: Durdo; Karraspio; Tabernero; Tordo de fondo.

tafelspitz. Corte austríaco de la canal de vacuno. Esta carne, de sabor y fibrosidad excelentes, da nombre a una de las especialidades de carnes cocidas vienesas más fa-

mosas. Véase: cortes de la canal, escuela de Viena. Nombre español: tapilla de cadera. **Ingredientes:** tapilla de cadera (*tafelspitz*) cocida. Para la **gelatina:** fondo de tapilla de cadera, gelatina, sal, vino tinto. Para acompañar: zanahorias tiernas, raíces de perejil, zanahoria cocida, colinabo, perejil picado fino. Véase: carnes en aspic. Nombre austríaco del plato: cocido vienés.

tafelstück. Corte austríaco de la canal de vacuno. Realza la presencia de una mesa bien cubierta y colma el apetito de los más exigentes. Este corte termina en la tapilla de cadera. Véase: cortes de la canal, escuela de Viena. Nombre español: pieza de mesa.

tagarnina. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

tagarninas con almejas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** tagarninas, almejas, ajo, vino fino, zumo de limón, aceite de oliva, pimienta, sal.

tagarninas con habas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** tagarninas silvestres, habas secas, ajo, comino, pimentón dulce, aceite de oliva, sal.

tagarninas de Montellano. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** tagarninas, aceite, ajo, pimentón molido, pimiento colorado, rebanadas de pan frito, laurel, comino, pimienta, sal.

tagarninas esparragadas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** tagarninas silvestres, rebanada de pan, aceite de oliva, pimentón, sal, pimienta, clavos, ajo, huevos.

tagarnino. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

tagelo berberecho. Designación oficial española del molusco: *Tagelus dombeii*. Sinó-

nimo oficial: Berberecho; Navaja; Navaja picopato; Navajuela; Pico de pato.

tagelo californiano. Designación oficial española del molusco: *Tagelus californianus*.

tagelo pico de pato. Designación oficial española del molusco: *Tagelus peruvianus*. Sinónimo oficial: Navaja; Pico de pato.

tagelo plebeyo. Designación oficial española del molusco: *Tagelus gibbus*; *Tagelus plebeius*. Sinónimo oficial: Navajuela.

Tagelus californianus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tagelo californiano**.

Tagelus dombeii. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tagelo berberecho**.

Tagelus gibbus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tagelo plebeyo**.

Tagelus peruvianus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tagelo pico de pato**.

Tagelus plebeius. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tagelo berberecho**.

Tagetes lucida. Familia: compuestas. Nombre mejicano parece más preciso para indicar su delicado aroma similar al anís, con un dejo a menta. Las hojas y flores de la yerbanís son excelentes en ensaladas, las hojas sirven para realzar pescados y mariscos, huevos, tomates y paltas/aguacates. Use para dar sabor al vinagre y añada a salsas las hojas picadas. Nombre vulgar: **yerbanís**, estragón invernal.

Tagetes minuta. Familia: compuestas. Planta cultivada como condimento, de origen americano, de 60 cm de alto, de olor original y hojitas verdes menudas. Véase: salsa de ocopa. Nombre vulgar: **huacatay**.

tagine d'agneau aux abricots. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: tagine marroquí de cordero con damascos.

tagine de cordero con membrillo. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 30 minutos; tiempo de cocción 1 hora. **Ingredientes:** espalda de cordero, cebolla, pimienta molida, pimentón, cilantro fresco, azafrán molido, jengibre molido, membrillo pelado sin corazón y por la mitad, mantequilla, ciruelas pasas sin hueso. Véase: carnes en la cocina de Marruecos.

tagine de hortalizas variadas. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 15 minutos; tiempo de cocción 30 minutos. **Ingredientes:** patata cortada en dados, nabo cortado en dados, zanahoria pelada cortada en bastones, calabacín cortado por la mitad y en trozos, tronco de apio cortado en diagonal y en rodajas, cebolla cortada en dados, agua, ajo, aceite de oliva, guindilla roja picada, comino en polvo, perejil picado fino, cebolla picada fina. Véase: hortalizas, pan y ensaladas en la cocina de Marruecos.

tagine de pollo con limones y aceitunas. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “platos clásicos en la cocina del Mediterráneo”. La cocina marroquí es famosa por sus tagines, estofados delicadamente aromatizados con especias que deben su nombre a la olla de loza de barro con tapa en forma de chimenea en la que se cocinan. El pan es el acompañamiento tradicional, pero el *roz bi saffran* (arroz marroquí con frutas secas y nueces) lo complementa perfectamente. **Ingredientes:** Aceituna machacada verde, pollo alimentada con maíz, cebolla, ajo, pimienta negra, jengibre, canela, comino, azafrán, sal, aceite de oliva, perejil. Nombre original: *djej emshmel*.

tagine marroquí de cordero con damascos.

Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “carne en la cocina de España”. Las *tagines* suelen contener frutas frescas o secas; los favoritos son membrillo y damascos. Esta sustanciosa tagine de cordero es deliciosa acompañada con pan para mojar en sus aromáticos jugos. **Ingredientes:** Hombro de cordero, cebolla, jengibre, pimienta negra, azafrán, mantequilla, sal, cilantro, damascos secos. Nombre francés: *tagine d'agneau aux abricots*.

tagines. Los tagines consisten en estofados de cocción lenta a base de pollo, pavo o cordero, enriquecidos con especias. En un mismo banquete marroquí puede llegar a servirse un sinnúmero de tagines distintos.

tagliatelle. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, en forma de cinta (*fettucce*) Anchura unos 8 mm. Boloña es la tierra de las tagliatelle y los boloñeses han llegado a fabricar en oro la perfecta tagliatella para mostrarla en la Cámara de Comercio. Su combinación más clásica es con la salsa de carne denominada boloñesa. Es comercializada en forma de nidos. Ligeramente más fina que los *fettuccini*. Véase: pastas largas. Nombre español: cinta ocho milímetros. Sinónimo: linguine.

tagliatelle al ragu. Plato de la “cocina de Italia”. Nombre español: cinta ocho milímetros con salsa boloñesa de carne.

taglierini. Tiras muy finas y planas de delicada pasta al huevo, a menudo servidas con salsas muy ligeras. Véase: pastas largas.

tagliolini. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, en forma de cinta (*fettucce*) Es una de las cintas más estrechas, unos 2 mm. En ocasiones se sirve con salsa pero lo más usual es con caldo. Nombre español: cinta dos milímetros. Véase: pastas largas; pastas al huevo. Sinónimo: linguine fine.

tahalí. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sable peludo**.

tahini. Pasta espesa, dulce y cremosa, preparada con semillas de sésamo aplastadas. Su sabor agradable a avellana es un buen acompañante de las broquetas y el pan, aromatiza verduras y frutas y sazona las salsas. Componente básico del *hummus*, también se utiliza en pasteles y bizcochos, en los que puede sustituir a la mantequilla de cacahuate. Constituye una fuente de calcio y fósforo excelente y se adquiere en las tiendas orientales, en frascos y debe mantenerse en una alacena oscura o despensa. Se utiliza en la cocina de Oriente Medio para preparar el *hummus* (pasta de garbanzos), *haba ganoush* (puré de berenjenas), así como en ensaladas, salsas y pasteles. Véase: condimentos preparados, salsas y condimentos; mostazas y salsas concentradas. Nombre español: **pasta de sésamo**. Véase: mostazas y salsas concentradas.

taimen. Nombre vulgar del pez: *Hucho taimen*.

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

taixarola. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **oreja de mar**.

taja. Nombre usual de una pieza de pan en Navarra y Álava. Típica barra grande y de miga esponjosa. Corteza mate, arrugada y crujiente, con una hendidura que evoca el sexo femenino. En Cataluña: “pa de poble”. Véase: panes de España.

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

tajadas de merluza con pasta a la albahaca y pisto de tomate. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pescado”. **Ingredientes:** merluza, sal, pimienta, aceite de oliva. Para la **pasta a la albahaca:** harina, huevos, aceite de oliva, atado de albahaca, mantequilla. Para el **pisto de tomate:** aceite de oliva, tomates concassés, ajo, crema, atado de albahaca, mantequilla. Nombre en Francia: *darnes de*

colin, pates au basilic, sauce pistou. Véase: pescado en la cocina de Francia.

tajalí. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pez sable; sable.

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

tajín tunecino de tomates. Plato integrante de la cocina con verduras (Túnez) Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** tomate, huevo, cebolla, ajo, sal, pimienta, aceite. Véase: platos internacionales con verduras.

Talassoma pavo. Familia: lábridos. Cuerpo alargado, de perfil oblongo y lateralmente comprimido, de altura máxima generalmente menor que la longitud de la cabeza. Pedúnculo caudal relativamente alto. Ojos más bien pequeños y boca chica, con dientes en una sola fila, cónicos y encorvados, destacando los 2 primeros, mayores, cónicos y algo ganchudos. La dorsal espinosa es más corta que la blanda. La coloración es muy variada, pero predomina el rojo amarillo y el verde esmeralda, dispuestos en fajas o estrías alternas, con diversas manchas rojas, azules y marrones. Talla hasta 20 cm. Es abundante en el Atlántico y algo más rara en el Mediterráneo. Nombre vulgar: **pez verde**.

talco (E-553 b) Mineral del grupo de los filosilicatos, $Mg_3(OH)_2 Si_4 O_{10}$. No es tóxico. Aditivo en arroz, sal, alimentos basados en cereales, chicle, quesos, complementos de la dieta, recubrimiento de productos de confitería. 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: antiaglomerantes.

taleggio. Véase: queso taleggio.

tali hui panir. Nombre hindú del plato de entremeses de la cocina védica: queso condimentado

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

Taliepus dentatus. Crustáceo. Designación oficial: **panchote talicuno**.

Taliepus marginatus. Crustáceo. Designación oficial: **panchote cachamba**.

talismán. Designación oficial española del pez: *Talismania bifurcata*.

Talismania bifurcata. Pez. Designación oficial: **talismán**.

tall Utah. Variedad de la planta: *Apium graveolens*.

talla-hams. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anjova**.

tallarín saltado tipo chita. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** tallarín grueso, carne de res, cebollita china, tomate, cebolla roja, sillao, sal, aceite. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

tallarines carbonara congelado comercial. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tallarines carbonara Frudesa	
Sodio (mg)	616,50
Energía (kJ)	559,24
Calcio (mg)	214,20
Energía (kcal)	133,79
Fósforo (mg)	132,00
Potasio (mg)	122,10
Porción comestible	100,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	71,88
Magnesio (mg)	39,10

Ácido fólico (µg)	19,22
Carbohidratos (g)	14,16
Vitamina B ₁₂ (µg)	12,09
Grasa (g)	7,25
Fibra (g)	4,02
Proteína (g)	3,86
Grasa saturada (g)	3,50
Grasa moninsaturada (g)	3,19
Hierro (mg)	1,30
Grasa poliinsaturada (g)	0,55
Vitamina E (mg)	0,34
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,20
Cinc (mg)	0,18
Tiamina (B ₁) (mg)	0,16
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,03
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Azúcares	
Colesterol (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

tallarines chinos. Son tallarines de color amarillo. Se hacen con trigo y son más o menos anchos. Son semejantes a los espaguetis. Se cocinan en sólo 5 minutos, y pueden conservarse cocidos uno o dos días.

tallarines chinos con gambas. Plato correspondiente al grupo de mariscos en la cocina internacional (China). **Ingredientes:** tallarines chinos, cebolla picada, ajo, aceite, gambas mondadas, huevo, rama de apio picada, sal, pimienta. Véase: mariscos en la cocina internacional.

tallarines con ajo, perejil y queso. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 35 minutos. **Ingredientes:** tallarines, ajo, perejil, parmesano rallado, aceite de oliva, pimienta negra. Véase: arroces y pastas en la cocina clásica.

tallarines coreanos. Sinónimo: fideos de fécula de patata.

tallarines crujientes salteados. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “platos únicos”. **Ingredientes:** Setas perfumadas, carne de cerdo, sepia, col china, cebolleta, tallarines al huevo, secos y

finos, camarones, jengibre, caldo, salsa de soja, aguardiente de arroz, azúcar, fécula de maíz, aceite de sésamo, sal, pimienta.

tallarines Dan-Dan. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “guarniciones”. **Ingredientes:** Tallarines amarillos, lomo de cerdo, aceite, aguardiente de arroz, cebollas verdes, jengibre, espinacas, caldo de carne. Para la salsa: Salsa de soja, vinagre, aceite de sésamo, pasta de sésamo, aceite al pimentón (o Tabasco)

tallarines en caldo de pollo ácido. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “guarniciones”. **Ingredientes:** Pechuga de pollo, cebolla, espinaca, tallarines amarillos, caldo de pollo, salsa de soja, salsa Worcestershire, vinagre, aceite de sésamo.

tallarines fritos. Plato de la “cocina del Mediterráneo nombre original: *mee grob*.

tallarines salteados con cangrejo. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “guarniciones”. **Ingredientes:** Tallarines al huevo, ajo, col china, judías verdes, aceite, salsa de soja, carne de cangrejo, pimentón molido (o Tabasco), sal.

tallarines secos de arroz. Véase: fideos secos de arroz.

tallarines secos de judía mungo. Véase: tallarines de celofán.

tallat. Nombre usual de una pieza de pan en Tortosa (Tarragona) Pieza aplastada, con la superficie salpicada de pequeños agujeros. Miga esponjosa y elástica. Véase: panes de España.

tallerina. Nombre vulgar del molusco: *Tellina tenuis*. Designación oficial: **coquina**.

tallarines de harina de garbanzo. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de entremeses. El *sevia* es uno de los aperitivos que encontrará en cualquier lugar de la India, con distintos ingredientes y formas.

El *sevian* puede comerse solo como guarnición de un plato de verduras o ensalada. También es delicioso mezclado con pasas y frutos secos tostados, el único problema es parar de tomarlos una vez que se empieza. **Ingredientes:** harina de garbanzo; pimienta de Cayena; cúrcuma; sal; agua; ghee. Véase: entremeses en la cocina védica. Nombre hindú: *sevian*;

tallo. Eje que soporta todas las partes de la planta que salen de la raíz.

tallo. Véase: vino sabor tallo.

tallo chino. Designación oficial española del: *Sphaerococcus coronopifolius*.

tallo cundidor. Tallo rastrero o rizoma del que parten otros tallos verticales; por ejemplo el del espárrago.

tallol. Véase: aceite de resina.

tallos de angélica. Nombre vulgar de los tallos de la planta: *Angelica officinalis*. Francia ha desarrollado hace mucho una importante industria para la producción de una golosina hecha con los tallos jóvenes de la angélica, aunque cada vez es más difícil conseguirla.

tallos de limoncillo. Nombre vulgar de los tallos de la planta: *Cymbopogon citratus*. Retire las hojas y use sólo la parte bulbosa de los tallos, ya que el resto es muy fibroso. Los tallos más frescos muestran anillos de color violáceo al cortarlos.

tallos jóvenes. Según el Código Alimentario, 3.21.10. Se distinguen entre otras, las siguientes especies y variedades de consumo: apio (*Apium graveolens*), espárrago de huerta y triguero (*Asparagus officinalis*) Véase: productos hortícolas.

tallos tiernos. Véase: hojas y tallos tiernos.

talo. Cuerpo de un vegetal no diferenciado en sistemas de tejidos u órganos especializados. Puede variar desde ser una célula única hasta ser un organismo multicelular complejo y ramificado.

talosa. Monosacárido. $C_6H_{12}O_6$. Epímero en posición 2 de la galactosa. Véase: hidratos de carbono.

tamal. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

tamal de cazuela. Plato de la cocina de Oaxaca en Méjico. **Ingredientes:** caldo, harina para tamales, manteca de cerdo, lomo de cerdo, mole poblano, cebolla, ajo. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

tamal de dulce. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** harina de arroz, mantequilla, azúcar, flan en polvo, uvas pasas, piñones, almendras, crema dulce, anís, acitrón, hojas de elote.

tamal oaxaqueño. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** masa de maíz, tomatillo, cáscara de tomate, manteca, pavo tierno, espinazo de cerdo, mole poblano, cebolla, hojas de plátano.

tamal rojo de pollo. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** masa de maíz, manteca, pechuga de pollo, muslo de pollo, chile ancho, chile guajillo, tomate, cebolla, ajo, tomillo, laurel, pimienta, hojas de elote.

tamal tarasco. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** charal fresco, masa de maíz, alubia guisada sin caldo, chile ancho, ajo, manteca, hojas de maíz.

tamal totonaco. Plato de la cocina de Veracruz en Méjico. **Ingredientes:** masa de maíz, manteca, cabeza de cerdo, carne de cerdo, guajolote, chile ancho, chile guajillo, jitomate, cebolla, ajo, epazote, ajonjolí, ca-

cahuete, comino, clavo, laurel, tomillo. Véase: cocina de Méjico elaborada para grandes ocasiones.

tamal verde de puerco. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** masa de maíz, manteca, lomo de cerdo, tomate verde, cebolla, ajo, cilantro, hojas de elote.

tamales. Conjunto de especias y condimentos para usos culinarios. **Ingredientes:** pimienta, clavo, achote, salsa Tabasco, 6 chiles secos (de la especie que se desee), orégano y ajo. Véase: recado de especias.

tamales de dulce. Plato de la cocina de Puebla en Méjico. **Ingredientes:** harina de arroz, mantequilla, azúcar, flan en polvo, uvas pasas, piñones, almendras, crema dulce, anís, acitrón, hojas de elote. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

tamales de maíz amarillo. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** choclo, achote, cebolla, ajo, ajíl amarillo, carne de cerdo, huevo duro, maní, aceitunas negras, ají mirasol, hoja de plátano, manteca o aceite. Véase: entradas en la cocina de Perú.

tamales de maíz blanco. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** maíz blanco, carne de cerdo, manteca, ajo, ají mirasol, cebolla, leche, pancas de choclo, aceite, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

tamales oaxaqueño. Plato de la cocina de Oaxaca en Méjico. **Ingredientes:** masa de maíz, tomatillo, cáscara de tomate, manteca, pavo tierno, espinazo de cerdo, mole poblano, cebolla, hojas de plátano. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

tamales rojos de pollo. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** masa de maíz, manteca, pechuga de pollo, muslo de pollo, chile ancho, chile guajillo, tomate, cebolla, ajo, tomillo, laurel, pimienta, hojas de elote. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

tamales tarasco. Plato de la cocina de Michoacán en Méjico. **Ingredientes:** charal fresco, masa de maíz, alubia guisada sin caldo, chile ancho, ajo, manteca, hojas de maíz. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

tamales verde de puerco. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** masa de maíz, manteca, lomo de cerdo, tomate verde, cebolla, ajo, cilantro, hojas de elote. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

tamales y atoles en la cocina de Méjico. Plato de la “cocina de Méjico”. Especie de empanada hecha de harina de maíz cocida entre hojas de plátano o de maíz y rellena con distintas viandas. Atole de arroz, Atole de elote, Atole de fruta, Atole de leche, Atole de pepita, Champurrado, Tamal de cazuela, Tamales de dulce, Tamales oaxaqueños, Tamales rojos de pollo, Tamales tarascos, Tamales verdes de puerco, Uchepos dulces,

tamalito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro ojón.**

tamari. De origen japonés; se elabora exclusivamente de soja o de torta de soja, sin cereal. Es consistente y oscuro, y se utiliza como la salsa de soja, pero su contenido de sal es algo menor. Véase: salsas y condimentos.

tamarillo. Nombre vulgar de la planta: *Cypripedium betacea*.

tamarindo. Nombre vulgar de la planta: *Tamarindus indica*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tamarindo	
Energía (kJ)	935,38
Potasio (mg)	600,00
Energía (kcal)	223,78
Fósforo (mg)	94,00
Magnesio (mg)	92,00
Calcio (mg)	77,00
Carbohidratos (g)	56,50
Porción comestible	41,00

Sodio (mg)	15,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	3,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	2,33
Proteína (g)	2,30
Hierro (mg)	1,80
Niacina (mg eq. niacina)	1,40
Grasa (g)	0,30
Tiamina (B ₁) (mg)	0,29
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,08
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

Tamarindus indica. Familia: papilionáceas. Subfamilia: cesalpinoideas. Género: tamarindus. Fruto del tamarindo; la vaina en forma de judía, de color marrón oscuro, del árbol del tamarindo se viene cultivando en la India desde hace siglos, de ahí su nombre dátil indio. El árbol del tamarindo es perenne y produce hojas ovaladas verde pálido y pequeños grupos de flores amarillas con nervios rojos. Los árboles se reproducen por semillas o por esquejes y requieren poco cuidado. Las vainas se pueden recoger cuando no están maduras, aunque normalmente están totalmente maduras y reventadas, mostrando la pulpa marrón rojiza. El tamarindo tiene un aroma ligeramente dulce y un agradable sabor afrutado y ácido. Con el fruto se prepara la pasta llamada pulpa de tamarindo, usada para preparar bebidas frescas, y también en medicina por sus propiedades laxantes. Se utiliza fresco, seco, confitado, curado en salmuera, en zumo, en pasta o en almíbar, y sirve tanto de alimento como de condimento. Se añade a salsas, marinadas, guisos, pasteles y golosinas; y acompa-

ña la carne, la caza y el pescado. Su acidez acentúa el sabor de la fruta. También se recurre a él para preparar mermeladas, *chatnis* y bebidas. en forma de pulpa, pasta o polvo, este condimento da un sabor ácido a la comida. Para emplear la pulpa se debe dejar en remojo en agua caliente unos 20 minutos y extraer su líquido. La pasta y el polvo se usan después de disolverlos. Véase: especias, salsas y condimentos; agua de tamarindo; especias y hierbas en la cocina védica. Nombre vulgar: **tamarindo**. Nombre hindú: *imli*. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Tamarindus indica*, L. Véase: frutas carnosas.

tamarú. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón tamarú**.

tamatar bharta. Nombre hindú del plato de verduras de la cocina védica: estofado de tomate con tallarines.

tamatar chatni. Nombre hindú de chatni de la cocina védica: chatni de tomate

tamatar ka soup. Nombre hindú del plato: sopa de tomate

tamatar mung dhal. Nombre hindú del plato: sopa de moong dhal tostado con tomates.

tamatar panir malai. Nombre hindú del plato de verduras de la cocina védica: queso revuelto con tomates fritos.

tamatar toor dhal. Nombre hindú del plato: sopa de toor dhal con tomates

tambolero. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides angusticeps*; *Sphoeroides sechurae*. Sinónimo oficial: Tamborín; Tambulero.

tambolero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tamboril norteño**.

tamboliña. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rape**.

tambor. Designación oficial española del pez: *Buglossidium luteum*; *Microchirus luteus*; *Microchirus minutus*; *Pleuronectes luteus*; *Solea lutea*. Sinónimo oficial: Ace-día; Golleta; Lenguadillo de costa; Llen-guado; Pelayi'l petit; Peluda; Pelut; Remol blanc; Remol petit.

tambor. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinón negro; planchita; tamboril mondeque.

tambor dorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón gurrubato**.

tambor moteado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón brasileño**.

tambor negro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón negro**.

tambor rayado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón rayado**.

tambor real. Nombre vulgar del pez: *Microchirus ocellata*. Designación oficial española del pez: *Pleuronectes ocellatus*; *Pleuronectes pegusa*; *Quensalia ocellata*; *Solea ocellata*; *Solea oculata*. Sinónimo oficial: Lenguado; Llengua de San Pau; Llenguado; Llengue de San Pere; Llengú de San Pau; Palaia; Pelaya miseres; Pelayi'l petit; Peluda; Serrandell; Soldado; Soldat; Solla.

tambores. Designación oficial española del pez: *Cynoscion obliquatus*; *Otolithus obliquatus*; *Pareques acuminatus*; *Pareques umbrosus*; *Stellifer colonensis*; *Stellifer mendii*; *Umbrina angustilineata*; *Umbrina robinsoni*; *Umbrina sinuata*; *Umbrina steindachneri*; *Umbrina strata*.

tamboreta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rape bocón**.

tamboril. Designación oficial española del pez: *Lagocephalus lagocephalus*; *Tetrodon lagocephalus*; *Tetrodon pennati*. Sinónimo

oficial: Cabeza de liebre; Peixe ourizo; Peje tamboril.

tamboril. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tamboril mondeque**.

tamboril collarete. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides spengleri*.

tamboril corrotucho. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides testudineus*.

tamboril de altura. Designación oficial española del pez: *Chilomycterus atringa*; *Chilomycterus reticulatus*; *Diodon reticulatus*; *Diodon stinga*.

tamboril de altura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tamboril de tierra**.

tamboril de tierra. Designación oficial española del pez: *Ephippion guttiferum*; *Ephippion maculatum*; *Hemiconiatus guttifer*; *Tetrodon guttifer*. Sinónimo oficial: Tamboril de altura.

tamboril futre. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides harperi*; *Sphoeroides nephelus*.

tamboril mondeque. Designación oficial española del pez: *Lagocephalus laevis*; *Lagocephalus pachycephalus*. Sinónimo oficial: Conejo; Futre; Gros ventre; Mondeque; Sapo cabezón; Tambor; Tamboril.

tamboril norteño. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides maculatus*; *Sphaeroides maculatus*. Sinónimo oficial: Tambolero; Tamborín; Tambulero; Pez bola atlántico.

tamboril raro. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides andersonianus*.

tamborín. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides lobatus*. Sinónimo oficial: Tambulero.

tamborín. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tambolero; tamboril norteño; tamborín común; tamborín de cola cóncava.

tamborín común. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides annulatus*. Sinónimo oficial: Boteringo; Tamborín; Tambulero.

tamborín de cola cóncava. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides fūthii*. Sinónimo oficial: Tamborín; Tambulero.

tamborín norteño. Designación oficial española del pez: *Sphoeroides kendalli*. Sinónimo oficial: Tambolero; Tambulero.

tambulero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tambolero; tamboril norteño; tamborín común; tamborín de cola cóncava; tamborín norteño; tamborín.

tamburiño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: merillo.

tamujo. Nombre vulgar de la planta: *Lycium barbarum*.

tamworth. Véase: cerdo Tamworth.

tanaceto. Nombre vulgar de la planta: *Tanacetum vulgare*.

***Tanacetum vulgare*.** En el pasado el género *Tanacetum* estuvo comprendido en género *Crisanthemum*, debido al color dorado de sus flores. Es una especie de origen probablemente asiático y que ha sido introducida en Europa a través de su cultivo por sus propiedades medicinales y que luego se ha naturalizado en lugares baldíos junto a los cursos de agua. Se utiliza la planta florida, que contiene un aceite esencial cuyo principal componente de sus hojas es la tanacetona, igual a la β -tuyona, la cual comunica la esencia su olor característico; también contiene alcanfor levógiro, escasa cantidad de borneol, terpenos, etc. La alta concentración de tanacetona dificulta el empleo de la planta como condimento de los alimentos, a no ser en cantidades moderadas. Existen unas cuantas variedades de este

vegetal, entre ellas el **shungiku** y el **tung bao**. Las hojas tiernas se consumen crudas y las duras se escaldan, se enfrían en agua con hielo y se sirven como ensaladas. Se suelen marchitar enseguida, por lo que es recomendable cocinarlas nada más adquirirlas, para evitar que se vuelvan amargas. Véase: coles, ingredientes de la comida asiática. Nombre tailandés: **khee kwai**. Nombre vulgar: **crisantemo**, tanaceto.

tanat. Sinónimo: tannat.

tangelo. Nombre vulgar del cruce de las plantas: *Citrus paradisi* x *Citrus reticulata*. (*Citrus tangelo*)

tangerina. Nombre vulgar del cruce de las plantas: *Citrus aurantium* x *Citrus reticulata*.

tangor. Véase: mandarina.

tania. Nombre vulgar de la planta: *Xanthosoma sagittifolium*.

tankarta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bacalao; capellán.

tannat. Véase: uva tannat.

tapa. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Esta pieza especialmente magra y tierna de la parte interna de la pierna es excelente para la obtención de filetes empanados y escalopes, si se fríen sin empanar pierden bastante jugo. También se sacan trozos o medallones para brasear y que resultan muy sabrosos. Sinónimo: culata de contra. Véase: pierna.

tapa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peluda**.

tapa de ciervo. (deshuesada y lista para asar). Corte de la canal de ciervo. Pieza para asar o estofar. Véase: caza.

tapa plana. Corte de la canal de vaca consistente en el músculo superior de la pierna trasera, muy tierno y sabroso, apropiado para asados y estofados. Véase: despiece de la canal de vaca.

tapa sin placa. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Es la carne típica de los rollos, aunque también da resultados óptimos frita, asada o estofada. Popularmente se la conoce como “filete bonito”. Véase: pierna.

tapacú. Nombre vulgar colombiano de la planta: *Carica papaya*.

tapaculo. Nombre vulgar del pez: *Bothus podas*. Designación oficial: peludilla; serrandell.

tapaculos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: peluda; peludilla; podás; serrandell.

tapadata. Nombre vulgar del molusco: *Helix aperta*.

tapadera. Designación oficial española del pez: *Pleuronectes hirtus*; *Pleuronectes punctatus*; *Rhombus hirtus*; *Zeugopterus punctatus*. Sinónimo oficial: Errebolu; Falso rodaballo.

tapadera raya. Designación oficial española del pez: *Urotrygon goodei caudispinosus*. Sinónimo oficial: Raya.

tapadero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lenguado tapadero**.

tapadora. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chanque abulón**.

tapafallas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez ballesta**.

tapalcate. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **suela arepita**.

taparrabo. papaya. Nombre vulgar de la planta: *Carica papaya*.

tapas en la cocina del Mediterráneo. Reciben su nombre de los pequeños platos con bocadillos simples que se suelen colocar “como tapa” sobre su vaso en los bares españoles. Consideramos: champiñones al ajillo; ensalada española de mariscos (salpicón de mariscos); espinacas a la catalana; habas con jamón; kebabs española de cerdo (*pinchos morunos*); tortilla.

tapenade. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: pasta de aceitunas y alcaparras.

***Tapes aureus*.** Familia: venéridos. Especie de almeja cuya presencia en el mercado español es significativa. Concha fuerte, pequeña. De sólo 4 cm como máximo, más larga que alta, con muchas estrías concéntricas, cruzadas por estrías radiales muy finas. El color dorado o blanco de sus valvas y la menor calidad de su carne la diferencia de las otras almejas. Nombre vulgar: **almeja dorada**, almeja margarita. Designación oficial: **almeja margarita**. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, bivalvo, *Tapes aureus*, Gmlin. Véase: marisco.

***Tapes decussatus*.** Otro nombre del molusco: *Venerupis decussatus*. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja fina**.

***Tapes filipinorum*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja japonesa**.

***Tapes japonica*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja japonesa**.

***Tapes literatus*.** Otro nombre del molusco: *Venerupis literatus*.

***Tapes philippinarum*.** Familia: venéridos. Especie de almeja cuya presencia en el mercado español es significativa. Su valva, de vivos colores marrones y blancos la diferencian de otras especies similares. tiene de 4 a 5 cm de largo y presenta una forma parecida a la de la almeja fina. Sin embargo, tiene una estructura radial más fuerte y pronunciada y una parte trasera que acaba un poco

más en punta. La calidad de su carne, siendo buena, no alcanza la calidad de la almeja fina. Tiene un precio muy asequible y se conoce en el mercado como “almeja italiana”, al proceder de dicho país parte de lo que aparece en el mercado. Es la más común en los mercados. Nombre vulgar: **almeja japonesa**. Sinónimo: *Venerupis philippinarum*. Véase: chirlas.

Tapes pullastra. Otro nombre del molusco: *Venerupis pullastra*. Designación oficial: **almeja babosa**.

Tapes rhomboides. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja chocha**.

Tapes semidecussata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja japonesa**.

Tapes semidecussatus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja japonesa**.

Tapes variegata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja japonesa**.

Tapes virginiae. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja virginica**.

Taphrinaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas). División: fungi. Clase: ascomycetes. Subclase: Proto ascomycetes. Orden: exoascales.

tapia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dentón**.

tapicería. Véase: ropa y tapicería.

tapilla. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Esta pieza en contacto con el rabo se estrecha por uno de los extremos y proporciona una fresca y muy jugosa, su uso más indicado es para la obtención de filetes o asada entera. Véase: pierna.

tapilla de cadera. Véase: Tafelspitz.

tapioca. Nombre vulgar de la planta: *Manihot esculenta*. Alimento granular farináceo preparado del almidón de yuca o mandioca; las raíces se machacan, se separa la pulpa y se cuele para separar el almidón, que luego se seca formando pequeñas perlas blancas; éstas, al ser remojadas y cocidas, se hinchan y forman una mezcla espesa; es un alimento de alto valor energético. Según el Código Alimentario, 3.20.25. Es la fécula extraída de la raíz de yuca, género *Manihot*, lavada y desecada, en granos duros e irregulares. Véase: clasificación de productos amiláceos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tapioca	cruda	hervida
Energía (kJ)	1450,46	522,50
Energía (kcal)	347,00	125,00
Porción comestible	100,00	100,00
Carbohidratos (g)	85,70	31,00
Fósforo (mg)	20,00	20,00
Hierro (mg)	20,00	20,00
Potasio (mg)	20,00	20,00
Calcio (mg)	11,00	11,00
Sodio (mg)	4,00	4,00
Magnesio (mg)	3,00	3,00
Proteína (g)	0,50	0,20
Fibra (g)	0,40	0,20
Cinc (mg)	0,30	tr.
Grasa (g)	0,20	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00	0,00
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Vitamina A (µg eq. Retinol)	0,00	0,00
Vitamina D (µg)	0,00	0,00
Vitamina E (mg)	0,00	0,00
Ácido fólico (µg)	tr.	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.	tr.
Riboflavina (B ₂) (mg)	tr.	tr.
Tiamina (B ₁) (mg)	tr.	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.	tr.
Yodo (mg)		

tapioca, fina. Véase: harina de tapioca.

tapioca, perlas. (*Manihot utilissima*) Obtenida a partir de raíces de mandioca, esta fécula se puede sustituir por arrurruz o fécula de maíz. Más gruesa que el sago, se utiliza como espesante o en postres. Véase: granos, cereales y harinas.

tapioka. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Manihot esculenta*. Sinónimo: **tapioca**

taque. Nombre vulgar de la planta: *Juglans neotropica*.

Taractes longipinnis. Pez. Designación oficial: **palometa real**.

Taractes princeps. Pez. Designación oficial: **palometa real**.

Taractichthys longipinnis. Pez. Designación oficial: **palometa real**.

Taractichthys steindachneri. Familia: brámidos.

tarakihi. Nombre vulgar del pez: *Nemadactylus macropterus*.

taramasalata. Plato de la “cocina de Grecia” perteneciente al grupo de “sopas y entrantes”. Tiempo de preparación: 20 minutos más 2 horas de refrigeración; tiempo de cocción 20 minutos. Plato griego clásico, apreciado en todo el mundo. **Ingredientes:** patatas viejas, huevas de bacalao o tarama, zumo de limón, aceite, perejil fresco. Véase: cocina de Grecia; sopas y entrantes en la cocina de Grecia; mújol gris; huevas de mújol; bacalao.

tarasca. Hembra del cerdo.

tarawingee, corteza lavada. Véase: queso tarawingee, corteza lavada.

Taraxacum officinale. Familia: compuestas. Especie de amplísima área de distribución. Crece espontáneamente en prados, lugares baldíos, ribazos, etc. Es una planta polimorfa, que presenta una raíz rizomatosa poco ramificada a la que se une una roseta

de hojas oblongas o espatuladas, pennadas o dentadas. Los escapos florales, carentes de hojas, sostienen un capítulo denso, de color amarillo oro, que al llegar a la madurez produce unos frutos en aquenio provistos de milano y que, por tanto, son transportados por el viento. Los mejores cultivos seleccionados son el “corazón lleno”, el “gigante” y el “verde de Montmagny”. Esta verdura de hoja se suele preparar como la espinaca. Las hojas frescas son una fuente excelente de vitamina A. Sus flores amarillas se usan en el arte culinario. Nombre vulgar: **diente de león**, achicoria amarga. Véase: flores comestibles.

tardana. Variedad de uva blanca. Véase: uva planta nova.

tardanaos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rémora**.

tardanaves. Designación oficial española del pez: *Echeneis brachyptera*; *Remora brachyptera*; *Remoropsis brachypterus*. Sinónimo oficial: Rémora.

tardanaves. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pegatimón; rémora.

tardío de Calanda. Véase: melocotón tardío de Calanda.

tármene. Sinónimo: sobrasada (valenciana).

taro. Nombre vulgar de la planta: *Colocasia esculenta*.

Tarodes pacificus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pota japonesa**.

tarongi. Nombre vulgar catalán de la planta: *Melissa officinalis*.

tarongina. Nombre vulgar catalán de la planta: *Melissa officinalis*.

toronjina. Nombre vulgar de la planta: *Melissa officinalis*.

tarpán. Nombre vulgar de la planta: *Artocarpus communis*.

Tarpom atlanticus. Pez. Designación oficial: **tarpón.**

tarpón. Designación oficial española del pez: *Megalops atlantica*; *Tarpom atlanticus*. Sinónimo oficial: Camurupín; Grand écaïlle; Palika; Sábalo.

tarpón africano. Designación oficial española del pez: *Polysteganos argyrosomus*.

tarrandós. Nombre vulgar catalán de la seta: *Lactarius vellulosos*; *Russula delica*.

tarrantes. Variedad de uva blanca. Véase: uva torrontes.

tarta cuaresmal. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de acelgas y puerros. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** hojaldre congelado, acelgas, puerros, nata líquida, huevos, leche, margarina, sal, pimienta, nuez moscada.

tarta de almendras. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de calabaza. Conjunto de especias que contiene: canela, pimienta de Jamaica, nuez moscada, jengibre. Véase: recado de especias.

tarta de carne. Se trata de un producto poco conocido. También se le puede llamar **empanada de carne** o cualquier otro nombre. **Carnes:** vacuno, cerdo o mezcla. Preferible vacuno 70-80% y cerdo 30-20% de carne magra. **Aderezo:** sal fina (500g), ácido ascórbico (25 g), pimienta blanca molida (100g), nuez moscada molida (25g), glutamato monosódico (25g), harina de arroz (250g) Se usa de 18 a 20 g por kg de carne picada. **Ingredientes:** pimienta

blanca molida, ajo liofilizado, avellanas molidas, Jerez seco. queso en lonchas finas, queso rallado, pan rallado. Véase: productos cárnicos de diferentes animales.

tarta de castañas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de cebolla, provenzal. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “platos clásicos en la cocina del Mediterráneo”. Es una tarta redonda, con un relleno abundante hecho con las deliciosas cebollas dulces de la región. Este plato favorito de Niza toma el nombre de la *pissala*, o pasta de pescado salada, con la cual se la recubría originalmente. Hoy se la suele terminar con anchoas y aceitunas. **Ingredientes:** **Masa:** Harina, sal, azúcar, levadura seca, huevo, aceite de oliva, **Re-lleno:** Cebolla, ajo, sal, aceite de oliva, laurel, tomillo, romero, anchoa en aceite de oliva, aceitunas negras. Nombre original: *pissaladiere*.

tarta de crema con nata. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de fresa. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de Jueves Santo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de huevos. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes:** harina, mantequilla, huevo, sal, pimienta, levadura, huevo, jamón de Cork, salsa blanca, queso. Véase: huevos duros.

tarta de limón. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “postres en la cocina del Mediterráneo”. Aunque

la tarta de limón es ahora popular en toda Francia, en especial en París, sólo en el Sur crece el limón. Para estar seguro de capturar la fragancia elusiva del limón, use fruta no encerada. **Ingredientes:** Harina, sal, azúcar, mantequilla sin sal, yema de huevo, agua helada, cáscara de limón, jugo de limón, harina de maíz. Nombre francés: *tarte au citron*

tarta de manzana. Plato típico de la “cocina de España” y de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de naranja. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “postres”. Es el homenaje que le hace al naranjo la cocina de Valencia. Toda la luz y el colorido de su fruta, se ve resumido en este excelente dulce. Un postre que requiere una cuidada y larga elaboración, pero que luego premia con un extraordinario sabor, un verdadero placer para los sentidos.

tarta de piña. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta de queso. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “postres”.

tarta de roquefort, apio y nuez. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “platos con masa”. **Ingredientes:** queso roquefort, leche, Oporto, huevo, yema, crema, pimienta, apio, nuez. Para la **masa quebrada:** harina, mantequilla, huevo, sal, agua. Nombre en Francia: quiche au roquefort. Véase: platos con masa en la cocina de Francia.

tarta de Santiago. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “postres”. Curiosamente, este dulce tradicional gallego tiene una clara influencia mediterránea y árabe, por su elaboración con almendra. Esta tarta ha sumido, sin mayores problemas, el símbolo del Camino de Santiago, con cuya cruz suele adornarse.

tarta de zanahorias. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tarta helada. Según el Código Alimentario, 3.28.12. Es toda presentación de helado en cualquiera de sus variedades o de sus mezclas, que posteriormente se somete a un proceso de elaboración y decoración con productos alimenticios aptos para tal fin y debidamente autorizados. Véase: clasificación de helados.

tarta sevillana de invierno. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tartaletas con chorizos a la sidra. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** tartaletas de hojaldre, chorizo, sidra. Véase: cocina de Asturias.

tártaro. El tártaro o bistec tártaro es la variante más selecta de las carnes picadas, ya que se elabora a partir de los cortes de mayor calidad de la res. Es un plato crudo que se condimenta con especias distintas y huevo igualmente crudo. La denominación de tártaro implica la idea de crudeza que asociaban los europeos con este pueblo de las estepas rusas. Es importante saber que el tártaro es difícil de conservar. Otro nombre: bistec tártaro. **Ingredientes:** carne magra de solomillo, pimienta verde, zumo de limón, aceite de oliva, cebollitas, mostaza, ketchup, pimentón, pimienta, cebolla, yema de huevo, rebanada de pan. Véase: platos fríos.

tarte au citron. Postre de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: tarta de limón.

tarteletas de gambas con queso. Plato correspondiente al grupo de gambas. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 12 minutos. **Ingredientes:** masa de hojaldre, gambas peladas, salsa blanca, queso rallado, yema de huevo. Véase: gambas.

tartracina. (E-102) IDA (ingestión diaria admisible) = 0-0,75 mg/kg. Colorante **amarillo** artificial del grupo de los colorantes azoicos. Puede producir efectos secundarios (especialmente alergias, asma y eczemas) si es mezclado con analgésicos tipo aspirina. Se encuentra en: Refrescos, productos de pastelería, galletas, derivados cárnicos (embutidos, salchichas), conservas vegetales, helados, caramelos y pescados. Es el colorante utilizado como sustituto del azafrán para teñir la paella. Puede provocar reacciones alérgicas en personas asmáticas o que toleran mal la aspirina, picazón, rinitis, trastorno del sueño en los niños. Peligroso. La cantidad autorizada de este aditivo es: Camarones en lata, 30 mg/kg. Guisantes en lata 100 mg/kg. Peras en lata 100 mg/kg. Mermeladas 100 mg/kg. Pepinos en escabeche 300 mg/kg. Chicles y caramelos 300 mg/kg. Chorizo fresco 150 mg/kg. Embutidos crudos curados 300 mg/kg. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. 300 mg/kg. Fiambre de lomo 300 mg/kg. Productos cárnicos tratados por el calor 300 mg/kg. Salchichas crudas 150 mg/kg. Véase: modificadores del color.

tartrato cálcico. (E-354) El ácido tartárico se encuentra en forma natural en los zumos de uvas y otras frutas. se emplea como acidificante. En alimentación se usa en: Refrescos, mermeladas, caramelos, chicle, repostería, conservas vegetales, salsas, sopas. Véase: antioxidantes y sinérgicos.

tartrato de estearoilo (E-483) Activo emulsionante cuyos efectos aún no se conocen en profundidad. En alimentación se usa en: repostería, bollería, galletas, sopas deshidratadas. Véase: denominación específica de estabilizadores.

tartrato doble de sodio y potasio. (E-337) $\text{KOOOC}(\text{CHOH})_2\text{COONa}$. El ácido tartárico

se encuentra en forma natural en los zumos de uvas y otras frutas. se emplea como acidificante. En alimentación se usa en: Refrescos, mermeladas, caramelos, chicle, repostería, conservas vegetales, salsas, sopas. Véase: antioxidantes y sinérgicos.

tartrato potásico. (E-336) $\text{KOOOC}(\text{CHOH})_2\text{COOK}$. El ácido tartárico se encuentra en forma natural en los zumos de uvas y otras frutas. se emplea como acidificante. En alimentación se usa en: Refrescos, mermeladas, caramelos, chicle, repostería, conservas vegetales, salsas, sopas. Véase: antioxidantes y sinérgicos.

tartrato sódico. (E-335) $\text{NaOOOC}(\text{CHOH})_2\text{COONa}$. se encuentra en mermeladas y bebidas gaseosas. No es tóxico. Véase: sustancias sinérgicas.

tartufo bianco. Otro nombre de la seta: *Tuber magnatum*.

tartufo del Piamonte. Otro nombre de la seta: *Tuber magnatum*.

tarxa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: lucero; ostión.

tasajo. Es un producto cárnico salado y desecado, elaborado con carne de animales de abasto (vacuno y caprino principalmente) y de caza, la cual, tras ser cortada en tiras de unos 2 cm de grosor, se somete a un proceso de adobado con salazón y posteriormente a la acción del sol y corrientes de aire que producirán su desecación. Sinónimo: charqui.

tasarte. Designación oficial española del pez: *Cybius bonaparti*; *Orcynopsis unicolor*; *Pelamys bonaparte*; *Sarda unicolor*; *Scomber unicolor*. Sinónimo oficial: Lanpo sabelzuri; Sarda.

tasca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sábalo**.

tascalate. Agua fresca de Méjico. **Ingredientes:** agua, chocolate, pinole, azúcar. Véase: aguas frescas, pulques y bebidas fuertes en la cocina de Méjico.

tassa de bruc. Nombre vulgar catalán de la seta: *Clitocybe cyathiformis*; *Clitocybe infundibuliformis*.

tassa de bruch. Nombre vulgar catalán de la seta: *Cratrerellus cornucopioides*.

tastona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa**.

tasuga. Véase: vaca Tudanca.

tatabro. Nombre vulgar del mamífero: *Tayassu tajacu*, *Tayassu pecari* y *Catagonus wagneri*.

tato pequeno. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **relojito**.

tatties and neeps. Plato escocés. Véase: nabo sueco.

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

taumatina. (E-957) Edulcorante alimentario extraído de una planta africana. Es 2500 veces más dulce que el azúcar. Se utiliza en Japón desde 1979. En alimentación se usa en: Helados, chicle, caramelos, golosinas, complementos dietéticos. Véase: edulcorantes artificiales.

taurá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lamia**.

tauró. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: jaquetón; lamia; tiburón de Milberto.

tauro blau. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera**.

***Taurulus bubalis*.** Familia: cótidos. Dos especies del género *Turulus* vive cerca de las costas atlánticas de Europa. *Taurulus bubalis* lleva sobre el opérculo una fuerte espina dirigida hacia atrás cuya longitud supera el

diámetro de ojo, lo que le distingue de la especie *Taurulus lilljeborgi*, en la que la espina es siempre más corta que este diámetro. La primera dorsal sólo lleva radios espinosos, la segunda sólo radios blandos. Las aletas pelvianas están formadas por tres radios segmentados en *T. Bubalis*, dos en *T. Lilljeborgi*. El cuerpo carece de escamas. En los machos, la cresta que adorna la parte superior de la cabeza está más desarrollada, las aletas son más largas y existe una papila urogenital. Ninguna de estas dos especies tiene interés económico. Longitud 12-15 cm, máximo: 20 cm. Nombre vulgar: **coto de mar**. Designación oficial: **cabracho venenoso**.

***Taurulus lilljeborgi*.** Familia: cótidos. Véase: *Taurulus bubalis*.

tautoga. Designación oficial española del pez: *Tautoga onitis*.

***Tautoga onitis*.** Pez. Designación oficial: **tautoga**.

***Tautogolabrus adspersus*.** Pez. Designación oficial: **merlo norteamericano**.

tava. Utensilio utilizado en la cocina de la India. Consiste en una sartén circular, ligeramente cóncava, con un mango. Es la ideal para hacer *chapatis*, *parathas* y pasteños. Una sartén de acero colado que distribuya uniformemente el calor puede reemplazar a la tava. Incluso una plancha bien usada puede ser útil. Para hacer salsas y tostar especias, se puede utilizar una pequeña sartén de acero colado. Véase: utensilios alimentarios en la cocina India.

tavella. Ingrediente de la paella valenciana. Es la judía de grano tierno verde, cuya vaina se desecha.

taveso. Nombre vulgar de la planta: *Passiflora mollissima*. Sinónimo: curuba.

***Tayassu pecari*.** Familia: suidos. Especie de jabalí más pequeño y más feroz que el europeo y de carne más estimada que el saíno, que vive en grandes manadas en los

bosques. Véase; *Tayassu tajacu*, *Tayassu pecari* y *Catagonus wagneri*.

***Tayassu tajacu*.** Véase; *Tayassu tajacu*, *Tayassu pecari* y *Catagonus wagneri*.

***Tayassu tajacu*, *Tayassu pecari* y *Catagonus wagneri*.** Familia: suidos. Parecido a un jabalí, que habita en América Central y del Sur. Posee uñas afiladas, fuertes colmillos y una glándula en el lomo que segrega una sustancia fétida. Sinónimos: Báquira, saíno, tatabro.

tayberry. (*Rubus* var.) Cruce de mora y frambuesa con sabor aromático intenso. Véase: bayas.

tcholent. Plato integrante de la cocina con carne. (Israel) Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 12 horas. **Ingredientes:** pecho de buey, cebolla, ajo, especias, patata, kacha (granos de trigo sarraceno), sal, pimienta, harina. Véase: platos internacionales de carne.

té. Nombre vulgar de la planta: *Camellia sinensis*. El consumo de la infusión realizada con esta planta se pierde en los anales de la historia. Cuenta la leyenda que en año 2737 a. C. el emperador chino Shen Nong, padre de la medicina tradicional china, había ordenado a su pueblo hervir el agua antes de beberla. Un día estaba sentado bajo la sombra de una camelia cuando una de las hojas del arbusto cayó dentro de la taza de agua hirviendo que el emperador estaba tomando en ese momento. El exquisito sabor que tomó el brebaje, así como la sensación de bienestar que sintió fue tan intensa que a partir de ese momento quedó instaurada como la bebida oficial del emperador y su familia. Desde entonces el té fue usado en la china como infusión medicinal que se usaba para paliar los trastornos digestivos, nerviosos y dolores reumáticos. En el año 800 d. C. Lu Yu, educado por monjes budistas, escribió el

primer compendio escrito del té: el Ch'a Ching, que describe las diferentes maneras de cultivarlo y prepararlo. El té llegó a Japón en el siglo IX a través de los monjes budistas chinos que se asentaron allí, los japoneses posteriormente lo encumbraron a nivel de obra de arte dotándole de un ceremonial único, que requiere años de perfeccionamiento. El Té llega a Europa en el siglo XVI primero a través de los portugueses, y posteriormente a través de los holandeses que en el siglo XVII extendieron su consumo a todas las clases sociales. Los holandeses llevaron el té a su colonia Nueva Ámsterdam en América, posteriormente rebautizada Nueva York por los ingleses, quienes se asombraron de que la colonia consumía más té que toda Inglaterra junta. El dominio marítimo británico en el siglo XVIII hizo que el comercio internacional de té fuese monopolio británico y su consumo se extendiese por todas sus colonias al igual que su producción (en la India, Ceilán, África Oriental). La revolución de independencia americana, comenzada por una subida de los impuestos del té hizo que se considerase el café como una bebida más patriótica. Sin embargo, el siglo XX trajo dos importantes innovaciones, ambas americanas: las bolsitas de té que permitían un consumo más cómodo y el té helado. En España, la costumbre de tomar té apareció en el siglo XVIII como una moda importada de Europa, sobretodo de Francia e Inglaterra. La bebida adquirió popularidad en los círculos ilustrados, como una moda vinculada a la aristocracia y a la realeza. Véase: cafés, tés y otras bebidas; té y derivados. El contenido en nutrientes de la infusión, expresado en gramos por cada 100 g de porción comestible, es:

Té (infusión)	
Porción comestible	100,00
Potasio (mg)	19,00
Fósforo (mg)	10,00

Energía (kJ)	8,30
Niacina (mg eq. niacina)	7,50
Ácido fólico (µg)	4,90
Energía (kcal)	2,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,20
Magnesio (mg)	1,00
Carbohidratos (g)	0,40
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,31
Calcio (mg)	0,30
Sodio (mg)	0,30
Hierro (mg)	0,20
Tiamina (B ₁) (mg)	0,14
Proteína (g)	0,10
Fibra (g)	0,01
Yodo (mg)	0,01
Grasa (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	

té blanco. En la actualidad el té blanco se ha puesto de moda debido a su alto nivel de polifenoles (superior al té verde) que actúan como sustancias antioxidantes, reducen los radicales libres, ejercen una acción anti-envejecimiento y tienen propiedades terapéuticas demostradas. El té blanco se obtiene porque en lugar de las hojas enteras como en el resto de variedades de té, se recogen sólo las yemas antes de que éstas se abran, cuando todavía conservan los pelillos que las recubren. Es aquí donde se concentra toda la energía de la planta. Su cosecha sólo se produce durante los primeros días de cada primavera, de ahí que sea un producto tan apreciado y su precio tan elevado. Se necesitan aproximadamente 30.000 brotes recogidos a mano para producir 100 gramos de esta olorosa infusión. Luego se dejan marchitar, y cuando se ha evaporado toda la humedad que contienen se desecan, sin apenas manipularlas. De ello se obtiene una infusión de

gran calidad, de color blanco plateado. Existen buenas razones para tomar té blanco a diario ya que numerosos estudios ratifican las propiedades de esta infusión para reducir el riesgo de padecer ciertas enfermedades. Entre las virtudes que se citan del consumo de té blanco se cuenta haberse observado que el té blanco reduce el riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer. Disminuye los niveles de colesterol en la sangre, sobretudo la lipoproteína de baja densidad más conocida como colesterol malo y los triglicéridos. Contiene más antioxidantes que las vitaminas C y E juntas. Fortalece los capilares. Estimula las defensas de nuestro organismo y combate la fatiga mental. Disminuye el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y por lo tanto reduce el riesgo de infarto. El té blanco se utiliza para regular mejor las situaciones de menopausia. Combate los radicales libres y es un antídoto contra el envejecimiento, Previene la aparición de arrugas ya que contribuye a la hidratación de la piel y protege la piel ante las agresiones del sol. El té blanco disminuye los niveles de azúcar en la sangre. Los investigadores aseguran que el té blanco contiene tres veces más de sustancias antioxidantes que el té verde. El té blanco tiene más del 40% de polifenoles, el té verde tiene el 30% y el té de fermentación completa (como el té negro) tiene un 10% de polifenoles. El té blanco contiene la mitad de teína que el té verde. La forma de preparar la infusión tiene su importancia ya que las catequinas del té blanco son solubles al agua, por lo que se recomienda una infusión larga (unos 5 minutos) para conservar las catequinas, aunque el sabor aumenta en amargura. Siempre es mejor utilizar agua mineralizada antes que agua clorada y es preferible el agua blanda a la dura. Para preservar el sabor es mejor verter el agua en la tetera el máximo de caliente posible, pero sin llegar a la ebullición; si se produce, se recomienda esperar unos 10 segundos antes de verter el agua en la tetera. Véase: cafeína; clasificación

de té y derivados. Nombre original: ***Pai Mu Tan***.

té de arroz. Plato integrante de la cocina con arroz. Tiempo de preparación 6 minutos. Cocción: 20 minutos. **Ingredientes:** arroz integral en grano, agua, sal marina. Véase: arroz integral.

té de buey. Este caldo concentrado de vacuno es un conocido reconstituyente en la dieta de los enfermos. Pero además quien no se asuste del alto coste material y la preparación tediosa, obtendrá un caldo rico en proteínas y de fuerte sabor. Para que el aroma de la carne impregne el caldo, es preciso que la carne no haya permanecido colgada más de 3 días, ya que el producto tendría un regusto “viejo” o rancio. El sabor de carne de vacuno fresca es la mayor sorpresa al probar el selecto té de buey. Se suele servir sin guarnición en pequeñas tazas, igual que unpreciado té, de ahí el nombre. Nombre original: beeftea. **Ingredientes:** Carne, zanahoria, raíz de perejil, puerro, tomate, apio nabo, ramillete de perejil, laurel, sal, pimienta blanca. Véase: caldos sustanciosos.

té de desayuno inglés. Mezcla refrescante y estimulante, que suele contener té Assam de India y hojas de Sri Lanka (Ceylán). Se sirve para desayunar, a menudo con leche. Véase: cafeína; cafés, té y otras bebidas.

té de jazmín. Té chino semi fermentado, perfumado con flores secas de jazmín. Se sirve sin leche. Véase: cafeína; cafés, té y otras bebidas.

té de Oswego. Nombre vulgar de la planta: *Monarda didyma*.

té de roca. Nombre vulgar de la planta: *Josonia glutinosa*.

té descafeinado. Según el Código Alimentario, 3.25.28. c. Es el té, verde o negro, despro-

visto de la mayor parte de su cafeína. * Contendrá, como máximo, 1 por mil de cafeína. Sus restantes características corresponderán, según el caso, a las establecidas en los artículos 3.25.26 (té verde) y 3.25.27 (Té negro) de este Código. Véase: cafeína; clasificación de té y derivados.

té dhelakat. Proviene de Assam, donde se produce la cantidad más importante de té del mundo. Buen té para desayunar, de color oscuro y sabor a malta, pues contiene hojas *tippy, golden, flowery, orange pekoe*. Véase: cafeína; cafés, té y otras bebidas.

té Earl Grey. Clásico té negro chino o Darjeeling, aromatizado con aceite esencial de bergamota (pequeña naranja cantonesa). El azúcar realza el sabor de los tés perumados, pero no se recomienda agregar leche. Véase: cafeína; cafés, té y otras bebidas.

té negro. El té negro supone más del 98% de la producción mundial. Se trata de un té fermentado que producen mayormente Sri Lanka, India y China. Los tés de la India, muy aromáticos, incluyen el té Darjeeling. Según el Código Alimentario, 3.25.27. b. Es el té convenientemente elaborado por fermentación, aunque conservando sus mismos principios activos. * Contendrá, como mínimo, 1% de cafeína y 25% de extracto acuoso, y, como máximo, 12% de humedad. Sus cenizas totales, expresadas en materia seca, no excederán del 7%, debiendo ser solubles en agua al menos el 30% de ellas. Véase: cafeína; clasificación de té y derivados.

té Oolong. Té procedente de Taiwan que se halla en su punto medio de fermentación. El sabor de sus hojas, de un verde grisáceo, es más intenso que el del té verde pero más delicado que el del té negro. Véase: cafeína; té.

té rojo. Té procedente de Yunna, la provincia de la “Eterna Primavera”. Elaborado según

un método tradicional y complejo que no altera sus principios activos minerales y vitaminas; a partir de hojas poco maduras de la planta que sufren una fermentación antes de secarlas. El té rojo es en realidad un té verde que adquiere sus características después de un proceso de maduración. Sus hojas grandes son comprimidas y se almacenan durante años en condiciones muy concretas. Aunque no se ha desvelado totalmente su "secreto" se sabe que se almacena en cavernas donde se guarda en barricas durante más de 50 años. La infusión es considerada, por los chinos, como el brebaje de los emperadores, debido a su exquisito aroma rústico a tierra y los efectos equilibradores y vitalizadores sobre nuestro organismo. Nombre chino: **pu-erh**. Véase: cafeína;

té verde. Té producido sin fermentación; se calienta durante varios minutos al vapor, después se enrolla y se seca como el té negro. Se tuesta en cuanto se recoge. El té verde es más astringente que el negro y muy apreciado en China, Japón y los países musulmanes. Véase: té. Según el Código Alimentario, 3.25.26. a. Es el té preparado sin el proceso de fermentación, y que no haya sufrido disminución alguna de sus principios activos. * Contendrá, como mínimo; 1% de cafeína y 28% de extracto acuoso, y, como máximo, 12% de humedad. Sus cenizas totales, expresadas en materia seca, no excederán del 7%, debiendo ser soluble en agua al menos el 30% de ellas. Véase: cafeína; clasificación de té y derivados. El porcentaje en las catequinas del té verde, es:

Catequinas en té verde %	
Epigallocatequina gallate (EGCG)	59,1
Epicatequina gallate (ECG)	13,6
Epigallocatequina (EGC)	9,3
Epicatequina (EC)	6,4
Ácido gálico y galocatequina (GC)	1,6

té y derivados. Según el Código Alimentario, Capítulo XXV. Sección 3ª. Comprende: 3.25.24 **Té**. 3.25.25 **Clasificación**. 3.25.30 **Manipulaciones**. 3.25.31 **Prohibiciones**. 3.25.32 **Almacenamiento y transporte**.

3.25.33 **Envasado y rotulación**. Véase: alimentos estimulantes y derivados.

té yunnan. Té chino negro de sabor fuerte, a veces llamado "**moka de los té**". Es un té preparado con *orange pekoe* y es ideal para desayunar. Es el único té chino negro que admite un poco de leche. Véase: cafeína; cafés, té y otras bebidas.

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

Teaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae; apetalae y choripetalae (o dialypetalae) Orden: guttiferales. Comprende 400 especies leñosas de los países intertropicales y subtropicales, con las hojas simples, por lo general alternas y verdes todo el año, sin estípulas, de flores actinomorfas, blancas o rojas, raramente amarillas, y muy vistosas, con frutos en cápsula loculicida o en baya. Consideramos: **té** (*Camellia sinensis*).

teáceas. Véase: *Teaceae*.

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

tebre. Variedad de arroz. Utilizada en la Denominación: Arròs del Delta de l'Ebre.

técnicas de cocción. Todos los alimentos reaccionan de forma distinta ante los diferentes métodos de cocción. Puede dejar hervir un estofado, pero no puede hacer lo mismo con un filete. El buen cocinero se caracteriza por el conocimiento que tiene de utilizar el método de cocina adecuado para cada alimento. Los métodos más usuales, que mencionamos son: asar a la parrilla; asar al horno; asar en broqueta; blanquear; cocinar a presión; cocinar al baño maría; cocinar al vapor; escalfar; flamear; freír; glasear y gratinar; guisar; herventar; marinar o ado-

bar; microondas. Véase: Técnicas de salteado.

técnicas de corte de verduras. La técnica de del salteado es rápida, de modo que todos los ingredientes deben estar cortados para coceros rápidamente y de manera uniforme. el tamaño de los trozos depende tanto de la textura y requisitos de la cocción de la comida como del resultado y la apariencia deseados para el plato. Los más importantes son: Bastoncitos; bola; corte cuadrado; corte rectangular; Dados; Dados grandes; En juliana; gajo; Palitos o tiras; tiras finas; Picar; Rallar; Rodajas; Trozos. Véase: técnicas de preparación de salteados.

técnicas de marinar y macerar. Véase: marinar y macerar.

técnicas de preparación de salteados. El salteado es un método de cocción fácil y relajado, que no sigue reglas demasiado estrictas; el secreto del éxito radica en una eficiente preparación anticipada de los ingredientes. Consideramos: Lavar, escurrir y secar; técnicas de preparación de verduras; técnicas de corte de verduras; Técnicas de Marinar y macerar. Véase: Técnicas de salteado.

técnicas de preparación de verduras. Conociendo las técnicas de corte de frutas y verduras, los platos adquieren un aspecto más agradable. Los más importantes son: corte cuadrado, corte rectangular, gajo, rodaja, bola. Véase: técnicas de preparación de salteados.

técnicas de salteado. Tenga todos los ingredientes preparados y listos para añadirlos a la cacerola. Asegúrese de que los comensales también están listos para empezar a comer, puesto que muchos salteados no se conservan bien una vez cocidos. Caliente la grasa y añada primero los ingredientes que requieren una cocción más larga. Cuando estén parcialmente cocidos, agre-

gue la siguiente tanda de ingredientes. Continúe incorporando los ingredientes por etapas de modo que se cuezan todos juntos cuando el plato esté terminado. En algunos casos, los ingredientes adicionales se han de mezclar directamente con la comida en la cacerola; en otros, la comida parcialmente cocida debe apartarse a un lado y los nuevos ingredientes deben saltearse rápidamente antes de mezclar toda la comida. Consideramos: técnicas de cocción; técnicas de preparación de salteados. Véase: salteados; técnicas de preparación de salteados.

tecolete. Designación oficial española del pez: *Myliobatis californicus*. Sinónimo oficial: Raya gavián.

tecomate. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo coconaco**.

teff. Nombre vulgar de la planta: *Eragrostis abyssinica*.

tefroci de las carboneras. Nombre vulgar de la seta: *Tephroclybe carbonaria*.

Tegula atra. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **burgado negro**.

Tegula quadricostata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **burgado costillado**.

teína. Sustancia cristizable extraída del té, igual a la cafeína y que se emplea en los mismos casos que ésta. Véase: cafeína.

teja. Véase: vino color teja.

tejolote. Mano para el temolcaxitl. Véase: molcajete.

Telamonia armillatus. Otro nombre de la seta: *Cortinarius armillatus*.

teléfora palmeada. Nombre vulgar de la seta:
Thelephora palmata.

teleforáceas. Véase: *thelephoraceae*.

telera. Nombre usual de una pieza de pan en Andalucía. Pieza típica de distintas conformaciones. En Córdoba: barrita individual de picos redondeados. En Cádiz y Sevilla: barra gruesa de miga prieta. Véase: panes de España.

telescopio. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

telesto. Designación oficial española del pez:
Leuciscus souffia.

Telhinidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: moluscos. Clase: bivalvos, lamelibránquios o pelecípodos. Orden: eulamelibránquios. Consideramos: tallerina (*Tellina tenuis*), pechina fina (*Tellina pulchella*).

telilla. Despojo de cerdo. Membrana transparente de la barriga del cerdo, utilizada para hacer **crépinetes**. Véase: despojos cárnicos.

tellarina. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tellerina**.

telleperretxiko. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Russula emetica*.

telleperretxiku. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Russula vesca*; *Russula rosea*.

tellerina. Nombre vulgar del molusco: *Donax trunculus*. Designación oficial española del molusco: *Donax semistriatus*. Sinónimo oficial: Cadela; Kadeluxa; Tellarina.

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

tellina fausta. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja de mar**.

tellina lacerada. Designación oficial española del molusco: *Tellina laceridens*.

***Tellina laceridens*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tellina lacerada**.

***Tellina laevigata*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tellina lisa**.

tellina lisa. Designación oficial española del molusco: *Tellina laevigata*.

***Tellina pulchella*.** Familia: tellínidos. Concha finamente estriada de modo concéntrico, pero sólo en la valva derecha. Extremo posterior más estrecho que el anterior. Color blanquecino o con franjas radiadas y transversas rojas bien marcadas. Talla hasta 25 mm. Nombre vulgar: **pechina fina**.

***Tellina tenuis*.** Familia: tellínidos. Concha de superficie casi lisa, con valvas casi iguales, frágiles, delgadas y planas; borde liso; picos y umbos ligeramente posteriores, 2 dientes cardinales en cada valva y dientes laterales muy conspicuos en la valva derecha. El ligamento es exterior. 2 sifones separados en toda su longitud, que puede ser varias veces la de la concha. Color variable del blanco al naranja, dispuesto frecuentemente en bandas, purpúreo en los ganchos y en el centro. Talla hasta 24 mm. Mediterráneo y Atlántico. Nombre vulgar: **tallerina**.

tellínidos. Véase: *Telhinidae*.

***Telmesus* sp. y *Erimacus isenbecki*.** Estas dos clases de cangrejos redondos comestibles se pescan, desde hace mucho tiempo, tan sólo en Japón y allí pueden obtenerse en los mercados pesqueros. La carne también se comercializa internacionalmente como “**carne de cangrejo**”, en ese caso se ofrece en conserva que proviene, sobre todo, de Rusia o de EE.UU. Sinónimo: cangrejos redondos comestibles.

temare. Nombre vulgar del pez: *Pouteria caimito*.

témaro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

tembladeira. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tembladera.**

tembladera. Nombre vulgar del pez: *Torpedo marmorata*. Designación oficial española del pez: *Narcacion torpedo*; *Raja torpedo*; *Torpedo imaculata*; *Torpedo maculata*; *Torpedo narce*; *Torpedo narke*; *Torpedo ocellata*; *Torpedo oculata*; *Torpedo torpedo*; *Torpeso variegata*. Sinónimo oficial: Arraikari; Baca; Baca comuna; Baca morena; Baca tremoladora; Esquikara; Formigón; Ikara; Ikaraina; Marmoka; Ortiga; Tembladeira; Tembladera; Temblaera; Temblón; Torpedo; Tremielga; Tremolina; Tremolosa; Tremoló; Trimielga; Trémaro; Vaca; Vaca morena; Vaca tembladora.

tembladera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: torpedo; tremielga negra; tremielga.

tembladera de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **raya eléctrica.**

tembladora. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tembladera.**

temblaera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tembladera; tremielga.

temblón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tembladera; tremielga.

temburé. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bodión; planchita.

temella. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca.**

***Temnodon saltator*.** Otro nombre del pez: *Pomatomus saltatrix*. Designación oficial: **anchova de banco; anjova.**

temolcaxitl. Véase: molcajete.

tempeh. Producto fermentado de textura viscosa y sabor pronunciado, fabricado tradicionalmente a partir de soja. Su aspecto ex-

terior se asemeja al de la corteza florecida de algunos quesos. Se debe comer siempre cocido. Se puede usar como sustitutivo del *tofu* y está más sabroso con ajo y jengibre o marinado. El *tempeh* tiene un gran valor nutritivo y contiene mucha vitamina B₁₂.

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

temprana. Variedad de uva blanca. Véase: uva palomino.

tempranillo. Véase: uva tempranillo.

tempura. Harina especial con que se frien algunos platos de la cocina de Japón. Está constituida por: harina de trigo; almidón; levadura y yema de huevo en polvo. Véase: harina de tempura. Se llama así, entre otros, al plato japonés que en español, es: mariscos y vegetales rebozados fritos.

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

tenamxtles. Piezas de barro que separan el comal de las brasas. Véase. Comal.

tenate. Utensilio básico de la cocina de México. Recipiente tejido de palma o tule, abierto o con tapadera y que especialmente sirve para mantener calientes las tortillas. Las jícaras también tienen esta función. Se utilizan mucho para guardar los chiles secos y otras yerbas y condimentos. Véase: Utensilios básicos de la cocina de México. Sinónimo: **chiquiuites.**

tenca. Designación oficial española del pez: *Cyprinus tinca*; *Tinca tinca*. Sinónimo oficial: Pinto; Zaparda.

tenca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: carpa común; carpín. La cantidad de

nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tenca	
Energía (kJ)	375,67
Potasio (mg)	245,00
Fósforo (mg)	156,00
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	89,87
Sodio (mg)	80,00
Calcio (mg)	31,00
Magnesio (mg)	18,00
Proteína (g)	17,70
Niacina (mg eq. niacina)	4,00
Carbohidratos (g)	3,31
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	1,00
Hierro (mg)	0,80
Grasa (g)	0,74
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,18
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

tendergreen. Nombre vulgar de una variedad de la judía verde (*Phaseolus vulgaris*. verde) Véase. judía tendergreen.

tendones. Véase: carne.

tenencia de alimentos. Véase: prohibiciones de alimentos.

tenencia de conservas. Véase: prohibiciones de conservas.

tenencia de platos congelados. Véase: prohibiciones de platos congelados.

tenencia de platos preparados. Véase: prohibiciones de conservas.

tenencia de productos alimentarios. Véase: prohibiciones de alimentos.

tenencia de semiconservas. Véase: prohibiciones de conservas.

tenencia de útiles alimentarios. Véase: prohibiciones de alimentos.

tener unas copas de más. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

tenga. Nombre vulgar de la planta: *Bactris gasipaes*. Sinónimo: chontaduro.

teniente. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corocoro corcovado; corocoro zapata.

tenka. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **maragota**.

tentación. Véase: manzana tentación.

teosinte. Nombre vulgar de la planta: *Euchlaena mexicana*.

tepache. Agua fresca de Méjico. **Ingredientes:** piña, cebada, piloncillo, canela, xlavo, agua. Véase: aguas frescas, pulques y bebidas fuertes en la cocina de Méjico.

tepalcate. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **suela listada**.

tequila. Bebida semejante a la ginebra, destilada de una especie de maguey, típica de Tequila, localidad de Méjico (estado de Jalisco) Véase: aguardientes compuestos.

tercero. Nombre usual de una pieza de pan en Cariñena (Zaragoza) Barrón rústico de duración prolongada, de harina oscura. Corteza gruesa y crujiente, espolvoreada de harina. Véase: panes de España.

tereixola. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **oreja de mar**.

Terferia leonis. Otro nombre de la seta: *Terfezia arenaria*.

***Terfezia arenaria*.** Familia: terfeziaceae. Los carpóforos aparecen con forma irregular, que oscila entre la globosa y la oval, con múltiples concavidades y a veces con rizo-morfos adheridos. Estos carpóforos miden de 2 – 8 cm de diámetro, presentan una coloración marrón rojiza uniforme, impregnada parcialmente de partículas de tierra. El peridio es liso y muy delgado, mientras que la carne es consistente, firme, de tonalidad blanquecina al principio, con visos rosados después y parda verdosa oscura finalmente, con una serie de venosidades blancas rodeando los lóbulos oscuros. Seta que constituye un excelente comestible, muy apreciado en Extremadura, donde se ha comercializado extraordinariamente. Es fácil de reconocer y de diferenciar de las especies más próximas. Nombre vulgar: **criadilla de tierra**, trufa de León.

***Terfezia hispanica*.** Otro nombre de la seta: *Terfezia arenaria*.

***Terfezia leonis*.** Familia: terfeziaceae. Seta comestible. Crece en simbiosis micorrícica con diversas especies del género *Helianthemum*, sobre todo en la región mediterránea. Forma cuerpos esporíferos gruesos como el puño y aún mayores. Nombre vulgar: trufa amarilla, **trufa de León**.

***Terfeziaceae*.** Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: ascomycetes (hongos con asca) Subclase: plectomycetes. Orden: eurotiales. Se caracteriza por sus aparatos esporíferos, en general del tamaño de una avellana, subterráneos, y con el peridio íntimamente unido a la masa ascógena interior. Esporas pulverulentas. Consideramos: *Terfezia arenaria*, *Terfezia leonis*.

teriyaki. Véase: salsa *teriyaki*.

***Terminalia catappa*.** Familia: mirtáceas. El fruto es ovalado, aplanado y puntiagudo, de 5 cm de longitud, corteza dura y fibrosa que

encierra una almendra comestible. Nombre vulgar: **almendrón**, almendro de las Indias, almondo.

terminar. Véase: vino terminar.

termitina. Sinónimo: vitamina T.

ternasco. Canales de ovino, procedentes de animales de una edad inferior a 4 meses aproximados, la cual se determinará por el hecho de no haber aparecido la 2ª cresta del 1º molar permanente del maxilar superior. Cuando el peso alcanzado por estas canales supere los 13 kg se denominará “ternasco precoz” o “cordero precoz”.

ternasco al horno con patatas a lo pobre.

Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Cocina de Aragón. El ternasco es una de las grandes contribuciones que la cocina del antiguo Reino de Aragón ha hecho a la historia de la cocina de España. **Ingredientes:** ternasco, patatas, ajo, perejil, aceite, sal.

Ternasco de Aragón. Denominación Específica de carnes españolas de ganado ovino. El ganado procede de las razas Rasa Aragonesa, Ojinegra y Castellana, en su variedad Roya Bibilitana. Su hábitat natural está constituido fundamentalmente, por las zonas de llanura, mesetas y somontanos. Se alimenta en prados y pastizales de escasa vegetación, lo que facilita un engrasamiento óptimo a una edad muy temprana. El Consejo Regulador controla todas las fases de producción, como la selección de los padres, la cría de los corderos, el sacrificio de los animales y oreo de la carne. Al final del proceso, el peso en canal de las piezas oscila entre 8,5 y 11,5 kg. La carne es de color rosado, tierna, jugosa, de textura suave y grasa blanca, consistente y firme. Véase: carnes de España.

ternasco precoz. Véase: ternasco.

ternera. Se denomina ternero o ternera a la cría de la vaca que tiene menos de 1 año. Cuando supera esa edad, el macho castrado se llama **novillo** y la hembra que todavía no ha parido recibe el nombre de **novilla**. El ternero se suele matar para carne entre los 4 y 6 meses, especialmente los machos, ya que algunas terneras hembras se destinan a la producción de leche. La edad en boca se apreciará por el enrasamiento de los incisivos, sin que se haya producido aún en los primeros medianos. Hasta hace unos 20 años la ternera que se comercializaba en el mercado era muy tierna (el animal se había sacrificado con 2 o 3 semanas de vida) o, al contrario, se trataba de un ejemplar mayor que después de pacer por los campos se mataba al llegar el otoño. La primera era una carne flácida, poco gelatinosa y de escaso sabor, mientras que la segunda presentaba un color mucho más oscuro (muy rojo) y resultaba poco tierna. En la actualidad, los productos se han especializado en la cría de terneras y pocos ejemplares como los anteriores se encuentran ya en el mercado. La carne de ternera que se vende se extrae de la ternera lechal o de la alimentada con cereales. La **ternera lechal** se cría en un recinto interior individual y se alimenta casi exclusivamente de leche. Puede comercializarse en medias canales o en cuartos. Véase: vaca.

ternera. Véase: vino ternera.

ternera a la marengo. Plato integrante de la cocina con carne. (Francia) Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** ternera, cebolla, tomate, champiñones, vino blanco, caldo, ajo, aceite, harina, sal, pimienta, perejil picado. Véase: platos internacionales de carne.

ternera a la Stroganoff. Plato integrante de la cocina con carne. (Rusia) Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** ternera, champiñones, cebolla, sal, pimienta, mantequilla, patata, nata. Véase: platos internacionales de carne.

ternera asada en su jugo. Plato de la cocina de Cantabria “Villaverde de Trucios”

perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** redondo de ternera, cebolla, zanahoria, ajo, vino tinto, aceite de oliva, pimienta, sal. Véase: cocina de Cantabria

ternera con manzanas. Plato integrante de la cocina con carne (Alemania) Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 20 minutos. **Ingredientes:** filetes gruesos de ternera, azúcar, mantequilla, fondo de cocción de carne, canela en polvo, pasas, zumo de limón. Véase: platos internacionales de carne. Nombre original: kindfleisch mit apfel.

Ternera de Gerona. Véase: Vedella de Girona.

Ternera de los Pirineos Catalanes. Véase: Vedella dels Pirineus Catalans.

ternera de mar. Nombre que se da a la carne del cailón (*Lamna nasus*)

Ternera de Navarra. Denominación de Calidad de carnes españolas de vacuno. Los terneros protegidos por la Denominación deberán ser amamantados obligatoriamente con leche materna durante un período mínimo de 4 meses. Los terneros de cebo reciben una alimentación basada en materias primas naturales, quedando prohibidos los productos de efecto hormonal o sustancias no autorizadas por el Consejo regulador. El sacrificio se realizará en mataderos autorizados, con una edad de 9 a 13 meses para los machos, y de 8 a 12 meses para las hembras. Se exige, por tanto, buen desarrollo muscular y perfiles redondeados. Deberán ser canales con músculos cubiertos, excepto en cadera y paletilla, y con escasos índices de grasa en el interior de la cavidad torácica. El color de la carne oscila entre rojo y rojo claro. Véase: carnes de España.

ternera en la cocina de Francia. Consideramos: **escalopes de veau chasseur** (escalopes de ternera en salsa de setas y vino), **escalopes de veau vallée d’Auge** (escalopes de ternera con manzanas y calvados), **foie de veau a la bordelaise**

(hígado de ternera con setas frescas), **longe de veau braisée a l'angevine** (lomo de ternera con jamón ahumado y acedera), **veau sauté a la marengo** (guisado de ternera, tomate y setas) Véase: platos principales en la cocina de Francia.

ternera estofada con patatas. Plato de la cocina de Cantabria “Polanco” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** aguja de ternera, cebolla, patata, aceite de oliva, laurel, vino blanco, pimienta negra, sal. Véase: cocina de Cantabria

Ternera Gallega. Denominación Específica de carnes españolas. Esta Denominación es el resultado de la fusión de la Denominación Específica Carne de Rubia Gallega y la Denominación de Calidad Ternera Gallega. Ampara las carnes de animales nacidos, criados y sacrificados en Galicia, de las razas Rubia Gallega, Morenas del Noroeste y sus cruces. Las carnes proceden de animales inscritos en los registros de la Denominación antes de haber cumplido un mes de vida. La alimentación de los animales se basa en el aprovechamiento tradicional de los pastos, complementado con productos naturales. El resultado es una carne tierna, de textura suave y gran succulencia. Los tipos de carne que se comercializan al amparo de la Denominación son: **Ternera**; animales que se sacrifican a edades inferiores a 10 meses. **Añojo**; la carne procede de animales sacrificados a edades comprendidas entre 10 y 18 meses. **Cebón**; carne de animales sacrificados a edades comprendidas entre 18 y 36 meses. Véase: carnes de España.

ternera lechal. Véase: vaca, ternera.

ternera, paletilla cruda. Véase: paletilla de ternera cruda.

ternera, pulmones. Véase: Pulmones ternera.

ternera, riñón. Véase: Riñón de ternera.

ternera, sesos. Véase: sesos de ternera.

ternera rellena asada con manzanas. Plato de la cocina de Cantabria “Saro” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** filetes de ternera, queso de nata, jamón de Cork, manzana reineta, levhe, harina, mantequilla, pimienta blanca, sal. Véase: cocina de Cantabria

ternera rellena con mariscos. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** paletilla de ternera, carne magra de cerdo, gambas, huevo duro, ajo, perejil, sal, pimienta, aceite. Véase: carnes guisadas y estofadas.

ternera salteada con pimientos. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Filete de ternera, pimienta verde, cebollita, ajo, loncha de jengibre, salsa de soja, aguardiente de arroz, fécula de maíz, aceite, sal. **Aliño:** Salsa de soja, aguardiente de arroz, aceite de sésamo,

ternes dulces. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula emetica*.

Terra Alta. Véase: Aceite de Terra Alta.

terrariol. Nombre vulgar catalán de la seta: *Psalliota campestris*.

terrassier. Nombre vulgar del molusco: *Helix melanostoma*.

terrina. Mezcla de varios tipos de carnes, se puede elaborar con carne y derivados del cerdo (bacón, panceta), carne de vacuno, ternera, cordero, pollo e hígado. Se suele condimentar en abundancia y se liga con huevo. Su nombre se debe al recipiente en que se solía cocer, *terrine*. Se sirve como almuerzo ligero, cortado en rodajas y acompañado de una ensalada y pepinillos. Véase: patés, terrinas y cabeza de jabalí.

terrina de conejo con avellanas. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “patés y terrinas”. **Ingredientes:** conejo, mantequilla, perejil, cebollita, carne de cerdo, carne de ternera, mousse de hígado, sal, pimienta, huevo, crema, avellana tostada, tocino, tomillo, laurel. Para el **caldo:** mantequilla, mirepoix de verduras, bouquet garni, pimienta. Nombre en Francia: terrine de lapin aux noisettes. Véase: patés y terrinas en la cocina de Francia.

terrina de hígado de pato con aspic de Oporto. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “patés y terrinas”. **Ingredientes:** foie-gras, oporto, coñac, sal, pimienta, aspic de Oporto. Nombre en Francia: terrine de foie-gras et sa gelée au Porto. Véase: patés y terrinas en la cocina de Francia.

terrina de langostinos y verduras con azafrán. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “patés y terrinas”. **Ingredientes:** langostino, aceite de oliva, mirepoix de verdura, azafrán, bouquet garni, vino blanco seco, gelatina, verduras mixtas, sal, atado de puerros, hoja de puerro, aceite de avellana, vinagreta de rabanitos, ramitas de cebollino para decorar. Nombre en Francia: terrine de langoustines aux legumes safranés. Véase: patés y terrinas en la cocina de Francia.

terrinerie de foie-gras et sa gelée au Porto. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “patés y terrinas”. Nombre español: **terrina de hígado de pato con aspic de Oporto.** Véase: patés y terrinas en la cocina de Francia.

terrinerie de langoustines aux legumes safranés. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “patés y terrinas”. Nombre español: **terrina de langostinos y verduras con azafrán.** Véase: patés y terrinas en la cocina de Francia.

terrinerie de lapin aux noisettes. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo

de “patés y terrinas”. Nombre español: **terrina de conejo con avellanas.** Véase: patés y terrinas en la cocina de Francia.

terrones de azúcar. Véase: azúcar cuadrado.

terrones de azúcar moreno sin refinar. Azúcar de caña sin refinar para utilizar en café y otras bebidas calientes. Existen también terrones de azúcar blanco sin refinar. Véase: azúcar, jarabes y edulcorantes.

terroso. Véase: vino terroso.

terruño. Véase: vino sabor terruño.

testículos. Despojo cárnico. Vulgarmente llamados “turmas” o “criadillas”, para muchas personas resulta un manjar exquisito. Antigüamente, los prácticos (no veterinarios) que castraban los cerdos en los pueblos, el pago del servicio eran las piezas obtenidas. Véase: clasificación de despojos.

testolín azul. Designación oficial española del pez: *Prionotus adspersus*; *Prionotus alipionis*; *Prionotus aspersus*; *Prionotus capella*; *Prionotus jamaicensis*; *Prionotus punctatus*. Sinónimo oficial: Cabrinha; Gallina; Gallina de mar; Poule de mer; Rubio; Rubio volador.

testolín rojo. Designación oficial española del pez: *Prionotus nudogula*.

tête de moine. Véase: queso tête de moine.

Tethys media. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamarín.**

Tethys parva. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamarín.**

tetilla. Véase: queso tetilla (Queixo Tetilla).

tetón. Cerdo que aún mama. Véase: cerdo.

tetradotoxina. Sinónimo: tetradoxina.

tetradoxina. Veneno muy tóxico que se encuentra en órganos internos del pez bola o

fugu. Es totalmente incoloro, inodoro e insípido, por lo que siempre resulta imposible detectarlo al 100%. Después de comer las partes tóxicas de este pez, se siente un sutil hormigueo que recorre toda la lengua; a eso le sigue toda una sucesión de síntomas como vértigos. Fatiga y rigidez en la garganta y en el pecho, sofocos, dolor de cabeza, náuseas, fiebre y aceleración del pulso. A todo este colapso físico le sigue una parálisis generalizada que, en último término, alcanza a los pulmones. La muerte sobreviene en menos de 24 horas en un 60% de los casos. y eso, con suerte. Las víctimas menos afortunadas se ven postradas en una especie de estado de flotación, plenamente conscientes y dentro de un cuerpo que, por su apariencia, está totalmente muerto. Véase: *Lagocephalus lagocephalus*.

tetraetil-diuramedisulfuro. Tóxico encontrado en ciertas setas; responsable del efecto antialcohol. Véase: síndrome coprínico.

tetraborato sódico. (E-285) Conservante antiséptico que según la OMS es inaceptable como aditivo alimentario a pesar de que aún se usa. Los iones boro se oponen a la síntesis de la glutamina en el cerebro. Tiende a acumularse en el organismo. Se conocen numerosos casos de intoxicación, sobre todo en niños. Se han detectado en España numerosos casos de utilización fraudulenta en la conservación de gambas y langostinos. En alimentación se usa en: Marisco, pescados y caviar. Se aplica sobre los pescados para esmaltar escamas, branquias y ojos. Véase: agentes conservadores.

***Tetragonurus simplex*.** Familia: gempílidos. Nombre vulgar: **escolar**.

***Tetragonurus atlanticus*.** Pez. Designación oficial: **escolar de natura**.

***Tetragonurus cuvieri*.** Pez. Designación oficial: **escolar de natura**.

***Tetragonurus simplex*.** Pez. Designación oficial: **escolar**.

***Tetranarce nobiliana*.** Pez. Designación oficial: **tremielga negra**.

***Tetrao urogallus*.** Familia: tetraónidos. El macho mide 94 cm, la hembra, de menor tamaño, unos 67 cm. El macho presenta una coloración general de tono gris oscuro, el pico es blanquecino, sobre el ojo se dispone una zona de color rojo, las coberteras alares son de color marrón oscuro, el pecho es de tono azul verdoso manchado de blanco, la garganta y los flancos de la cabeza son negros, cola negra con algunas manchas blancas, patas cubiertas de plumas. La hembra presenta un plumaje de color pardusco, negro y blanco grisáceo con una zona de color rojo en el pecho, con listas negras en las partes superiores. Los individuos jóvenes se asemejan a las hembras. Habita bosques de coníferas en cerros y montañas, ocasionalmente también en los bosques de coníferas de la llanura. En Europa centro septentrional, Asia septentrional. El urogallo se nutre con brotes y yemas de coníferas, semillas, bayas, frutos e invertebrados. Nombre vulgar: **urogallo**.

***Tetraodon mola*.** Otro nombre del pez: *Mola mola*.

***Tetraonidae*.** 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: galliformes. Consideramos: gallo lira (*Lyrurus tetrix*), perdiz nival (*Lagopus mutus*), urogallo (*Tetrao urogallus*).

tetraónidos. Véase: *Tetraonidae*.

***Tetrapterus audax*.** Familia: istiofóridos. Se caracteriza por tener el cuerpo en forma de torpedo y la primera aleta dorsal muy alta.

Color azul grisáceo en el dorso, que hacia el vientre se va tornando plateado. Aparece en el Pacífico y en el Índico. Alcanza los 4 m de longitud y los 300 kg de peso. Nombre vulgar: **marlín**.

Tetrapterus belone. Familia: istiofóridos. Nadador de alta mar extraordinariamente veloz. Nombre vulgar: **marlín mediterráneo**, marlín de boca larga.

Tetrapturus albidus. Pez. Designación oficial: **aguja blanca**; marlin azul.

Tetrapturus amplus. Pez. Designación oficial: **aguja azul**.

Tetrapturus angustirostris. Pez. Designación oficial: **marlin trompa corta**.

Tetrapturus audax. Pez. Designación oficial: **marlin rayado**.

Tetrapturus belone. Pez. Designación oficial: **marlin**.

Tetrapturus ectenes. Pez. Designación oficial: **marlin rayado**.

Tetrapturus illingworthi. Pez. Designación oficial: **marlin trompa corta**.

Tetrapturus imperator. Pez. Designación oficial: **marlin**.

Tetrapturus kraussi. Pez. Designación oficial: **marlin trompa corta**.

Tetrapturus lessonae. Pez. Designación oficial: **marlin azul**.

Tetrapturus mitsukurii. Pez. Designación oficial: **marlin rayado**.

Tetrapturus pfluegeri. Pez. Designación oficial: **aguja picuda**.

tetrasacáridos . Véase: carbohidratos.

Tetrodon guttifer. Pez. Designación oficial: **tamboril de tierra**.

Tetrodon lagocephalus. Pez. Designación oficial: **tamboril**.

Tetrodon mola. Pez. Designación oficial: **pez luna**.

Tetrodon pennati. Pez. Designación oficial: **tamboril**.

tetrosas (C₄H₈O₄). Véase: carbohidratos.

Teuthis lurida. Pez. Designación oficial: **si-gano nebuloso**.

Teuthis sigana. Pez. Designación oficial: **si-gano jaspeado**.

Teuthis subulata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamarín picudo**.

Teutoideo. Suborden zoológico. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: moluscos. Clase: cefalópodos. Subclase: coleoideos o dibranquios. Orden: decápodos. Al contrario que los sepiólidos los calamares o teutoideos tienen un cuerpo en forma de torpedo muy delgado y largo, que acaba en una aleta en forma de rombo. La cabeza con los tentáculos es, igualmente, alargada. Los brazos de la boca son relativamente cortos y tienen dos hileros de ventosas. En los tentáculos que sirven para apresar están dispuestas 2 o 4 hileras de ventosas. Por lo demás, al contrario que en el caso de los sepiólidos, estos tentáculos de apresar pueden retraerse sólo en parte. Los calamares son muy buenos nadadores. Pudiendo variar a su gusto la dirección del embudo por el que se expulsa el agua de la respiración, son capaces de nadar en todas las direcciones, hacia atrás y hacia adelante. Son cazadores muy activos que se dedican, principalmente, a los peces. Los calamares se dividen en 2 grandes familias: los calamares sin párpados y los calamares con párpados. A los calamares sin párpados pertenece la especie *Lycoteuthis diadema*, conocida como la "lámpara maravillosa". Este calamar casi transparente tiene 22 órganos luminosos, a este grupo pertenecen igualmente los

calamares gigantes de la familia *Architeuthidae* que pueden llegar a pesar varias toneladas y alcanzar 17 m de longitud. Sobre estos gigantes se cuentan historias fantásticas. Sinónimo: calamares.

texel. Véase: oveja Texel.

texolotl. Mano para el temolcaxitl. Véase: molcajete.

textiles. Véase: textiles, papeles y cueros.

textiles, papeles y cueros. Según el Código Alimentario, 2.09.10. Los tejidos y fibras textiles empleados en la confección de cortinas, tapices, tapetes, alfombras y tapicería de muebles, los papeles pintados, máscaras y otros artículos domésticos de cartón o de papel, las flores artificiales y los artículos de cuero de uso personal o doméstico deberán estar exentos de arsénico. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

texturizar. Véase: proteínas vegetales texturizadas.

tezonzoptl. Nombre vulgar de la planta: *Mameia americana*. Sinónimo: mamei.

Thais chocolata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **locate**.

Thais delessertiana. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **púrpura maya**.

Thalassinus rondeletii. Pez. Designación oficial: **tintorera**.

Thalassoma bifasciatum. Pez. Designación oficial: **azuleja**.

Thalassoma lucasanum. Pez. Designación oficial: **vieja de Cortez**.

Thalassoma lutescens. Pez. Designación oficial: **vieja crepúsculo**.

Thalassophryne maculosa. Pez. Designación oficial: **sapo caño**.

Thalassophryne wehekendi. Pez. Designación oficial: **sapo caño**.

Thalassorhinus rondeletii. Pez. Designación oficial: **arlequín**.

Thalassorhinus vulpecula. Pez. Designación oficial: **arlequín; tintorera**.

Thaleichthys pacificus. Familia: osméricidos. Eperlano del Pacífico noroccidental, que llega a medir hasta 30 cm, es conocido también como “pez candela” debido a su carne aceitosa. Nombre vulgar: **eulacón**. Designación oficial: **eperlán del Pacífico**.

thali. Utensilio utilizado para servir a la mesa la comida en la India. Consiste en una bandeja redonda con bordes, de plata, bronce o acero inoxidable donde se colocan los katori y los alimentos secos como el arroz y panes. Véase: utensilios alimentarios en la cocina India.

Thalossoma pavo. Pez. Designación oficial: **fredi**.

Tharsistes philippii. Pez. Designación oficial: **guitarra chilena**.

thazard franc. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite chinigua; carite pintado**.

thazard raité. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

Theba pisana. Caracol terrestre. Recolectado en zonas secas y salinas, sobre hierbas bajas y ribazos del Levante Ibérico y regiones de clima mediterráneo.

Thelephora palmata. Familia: thelephoraceae. Género: thelephora. Seta de carne elástica y coriácea, tiene un olor repugnante. No es apta para el consumo. Nombre

vulgar: teléfora palmeada. Sinónimo: *Phylacteria palmata*.

Thelephoraceae. 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: hymenochaete, stereum, thelephora. Comprende un número bastante elevado de especies, saprófito-micorrícicas, de formas muy variadas; en ocasiones, tienen pie y sombrero; a veces, son laminadas, o ramificadas y coraloides. El aparato esporífero, membranoso, tenaz, puede tener aspecto crustáceo, y es sésil o bien tiene píleo pedunculado, infundibuliforme, etc. El himenio, en las formas sesiles, ocupa la página superior verrugosa, y en las pediculadas, la inferior. No se conocen especies comestibles ni venenosas. Consideramos. **Género hymenochaeta:** *Himenochaete rubiginosa*, *Himenochaete tabacina*. **Género stereum.** *Stereum hirsutum*, *Stereum insignitum*, *Stereum purpureum*, *Stereum rugosum*, *Stereum sanguinolentum*. **Género thelephora:** *Thelephora palmata*.

Theobroma cacao. Familia: esterculiáceas. Árbol americano de cuya semilla se hace el chocolate. Originario de América tropical. El fruto es una baya de forma de mazorca grande, de unos 25 cm de largo, verde, que al madurar toma diferentes colores, rojo, naranja, morado o amarillo. La almendra se seca, se muele hasta convertirla en polvo, y con ella se preparan bebidas para el consumo humano. Este polvo resulta difícil de disolver, por lo que conviene mezclarlo primero con un líquido frío y añadirle azúcar. El cacao contiene proteínas y almidones; el 55% es grasa; 22% de almidón y 17% gluten y albúmina. Es fuente excelente de cobre, potasio, vitamina B₁₂ y hierro; además, presenta una elevada cantidad de fibra. El cacao y el chocolate contienen estimulantes: teobromina y cafeína. Nombre vulgar: **cacao**. Según el Código Alimentario, 3.25.39. 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. Véase: 3.20.40. complemento panario.

Theragra chalcogramma. Familia: gádidos. Alcanza una longitud de 90 cm y habita a lo largo de las costas del Norte del Pacífico. En cuanto a la calidad, es el mejor. Proporciona el mayor volumen de entre las diferentes especies de pescados. Su carne magra y blanca es casi demasiado blanda, pero de buena calidad, como la de sus parientes. Las naciones pesqueras del Pacífico Norte lo congelan directamente en sus barcos-factoría. Sólo una pequeña parte de las capturas se comercializa fresco. Nombre vulgar y designación oficial: **abadejo de Alaska**.

Thirsites atun. Familia: gempílicos. De gran importancia económica en el Sur del Atlántico y el Pacífico alcanza hasta 1,40 m de largo y entre 6 y 10 kg de peso. Las aletas pectorales longitudinalmente no llegan al origen de la 3ª aleta dorsal, carácter que sirve para diferenciarlos fácilmente del bonito. En Nueva Zelanda se capturan hasta 40.000 toneladas anuales; en América del Sur se mantiene en el segundo puesto dentro de la industria pesquera. Ahumado su sabor es delicioso. Nombre vulgar: **atún**. Designación oficial: Sierra común; Sierra del sur.

thon noir. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún aleta negra**.

thon obèse. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **patudo**.

thon rouge. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

thonine. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bacoreta**.

Thunnus alalunga. Familia: escómbridos. Género: thunnus. Cuerpo escamoso y fusiforme, adelgazándose hacia atrás más bruscamente que en el atún, del que se diferencia

principalmente por tener pectorales muy estrechas y largas, con aspecto falciforme, que alcanzan el aplomo de la 2ª pinnula dorsal, y por presentar como máximo 31 branquioespinas sobre el primer arco branquial. Dorso azul oscuro y vientre plateado, separados ambos colores por una banda azul iridiscente. En comparación con el atún rojo (*Thunnus thynnus*), el albacora (atún blanco, *Thunnus alalunga*) es una especie más termófila, que no suele encontrarse en aguas cuya temperatura sea inferior a 15 °C. El atún blanco es un excelente nadador que emprende largas migraciones. Los bancos llegan a recorrer entre 28 y 30 km diarios, desplazándose muy rápidamente, incluso mientras se alimentan. Los músculos laterales, los más utilizados durante la natación, recogen el oxígeno y las materias nutritivas mediante un sistema circulatorio particular, muy ramificado, que desempeña además un papel nada desdeñable en los intercambios de temperatura entre el cuerpo y el medio acuático. Durante un desplazamiento rápido, este sistema permite aumentar de una manera importante la temperatura corporal, de manera que existe un gradiente de 10 a 12 °C entre el pez y el medio que lo rodea, hecho realmente excepcional entre los animales de sangre fría. Las estadísticas mundiales indican que es, desde hace unos años, el segundo o tercer atún más pescado. Longitud generalmente: 6-100 cm, hasta 1,30 m. Peso 4-115 kg, aisladamente 45 kg. Carne clara muy apreciada, de paladar suave y muy aromático. Este pez se acantona en el golfo de vizcaya y que las embarcaciones cantábricas de bajura capturan a caña, uno a uno, de forma artesanal. El atún blanco es, por acepción popular, el bonito del Norte, el de los marmitakos vascos, las ventrescas asadas y las gruesas rodajas guisadas con pimientos y tomates. Es también el bonito de las costeras estivales, que comienzan por San Antonio, cuando la flota de bahura inicia las primeras capturas. Un pescado de gran prestigio gastronómico, de carnes blan-

cas y aromáticas, cuyos despieces dan lugar a deliciosas conservas en aceite de oliva o en escabeche. Nombre vulgar: **albacora**, Designación oficial: albacora; atún blanco. Véase. atún blanco. Según el Reglamento CE 2406/96 del Consejo, de 26 de Noviembre de 1996, por el que se establecen normas comunes de comercialización para determinados productos pesqueros. El calibrado de los productos se basa en su peso o en su número por quilogramo, o en ambas. La talla comercial de esta especie es de 1.500 g/unidad. Según Orden de la Consejería de Agricultura y Pesca de Andalucía de 12 de Noviembre de 1984; la talla biológica de esta especie es en el Atlántico de 35 mm y de 35 mm en el Mediterráneo.

***Thunnus albacares*.** Familia: escómbridos. Género: thunnus. Los mismos caracteres genéricos que los de sus familiares. Cuerpo muy escamoso. Segunda dorsal y anal muy prolongadas y agudas. Puede llegar a medir 1,90 m y pesar 200 kg. Se extiende por el Atlántico el Pacífico y el Índico. Nombre vulgar: **rabil**, junco, atún de aletas amarillas. Designación oficial: **rabil**. 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 esta especie en el Atlántico es de 3,2 kg.

***Thunnus argentivittatus*.** Pez. Designación oficial: **rabil**.

***Thunnus atlanticus*.** Familia: escómbridos. Género: thunnus. Habita principalmente en el Atlántico occidental. Nombre vulgar: **atún de aletas oscuras**. Designación oficial: **atún aleta negra**.

***Thunnus germon*.** Otro nombre del pez: *Germón alalunga*. Designación oficial: **atún blanco**.

***Thunnus longipinnis*.** Pez. Designación oficial: **atún longtail**.

Thunnus maccoyii. Pez, nombre vulgar. Las aletas pectorales longitudinalmente no llegan al origen de la 3ª aleta dorsal, carácter que sirve para diferenciarlos fácilmente del bonito. Designación oficial: **atún del Sur**.

Thunnus obesus. Familia: escómbridos. Género: *thunnus*. Cuerpo menos esbelto y ojos y aletas pectorales relativamente mayores que en el atún. Dorso azul oscuro, con los costados lavados de pardo o violáceo; sobre los flancos, una banda longitudinal amarilla más o menos marcada. Talla hasta 2 m. Carne roja. Nombre vulgar: **tuna**, patudo. Designación oficial: **patudo**. Según el Código Alimentario, 3.12.02. Pescado teleósteo, escombriforme. *Germo obesus*, Lowe. 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 esta especie en el Atlántico es de 3,2 kg. Según el Reglamento CE 2406/96 del Consejo, de 26 de Noviembre de 1996, por el que se establecen normas comunes de comercialización para determinados productos pesqueros. El calibrado de los productos se basa en su peso o en su número por kilogramo, o en ambas. La talla comercial de esta especie es de 3200 g/unidad.

Thunnus thunnina. Otro nombre del pez: *Euthynnus alletteratus*. Designación oficial: **bacoreta**.

Thunnus thunnus maccoyii. Designación oficial españoladel pez: **atún del sur**.

Thunnus thynnus. Familia: escómbridos. Género: *thunnus*. Pez marino de gran tamaño, de color negro azulado por encima y gris plateado por debajo; recibe diversos nombres en relación con su tamaño; **cachorreta**, entre 5 y 6 kg; **libacora**, el superior a 10 kg; **atuarro**, a partir de los 50 kg; y **atunes**, que oscilan entre 100 y 400 kg; es pez carnívoro y gran navegante; busca para desovar las aguas claras y templadas del Mediterráneo que cruza en sus dos direcciones de Marzo a Junio. El atún se desplaza a una velocidad

mínima de 8 km/h pero es capaz de alcanzar velocidades de 60 a 80 km/h. Su cuerpo presenta la forma hidrodinámica ideal para una natación rápida y vigorosa. Durante la natación, las aletas dorsales y la aleta anal están retraídas en surcos particulares e incluso las pectorales se aplican contra el cuerpo para poder realizar una natación rápida. Las aletas pectorales longitudinalmente no llegan al origen de la 3ª aleta dorsal, carácter que sirve para diferenciarlos fácilmente del bonito. El atún rojo es una importante especie comercial que se pesca con toda clase de técnicas de pesca. Su carne es muy sabrosa. Longitud: 2-3 m, excepcionalmente 5 m. Peso: 300-500 kg, aisladamente hasta 900 kg. Nombre vulgar: **atún**, atún rojo. Designación oficial: **atún del Atlántico**. Según el Código Alimentario, 3.12.02. Pescado teleósteo, escombriforme. *Thunnus thynnus*, 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 6,4 kg, en el Mediterráneo 70 cm ó 6,4 kg y la talla comercial de 6400 g/unidad.

Thunnus thynnus maccoyii. Pez. Designación oficial: **atún del Sur**.

Thunnus thynnus orientalis. Pez. Designación oficial: **atún del Pacífico**.

Thunnus thynnus thynnus. Pez. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

Thunnus toggol. Pez. Designación oficial: **atún de cola larga**.

Thunnus zacafles. Pez. Designación oficial: **rabil**.

Thunnus zacalles. Pez. Designación oficial: **atún longtail**.

thunyna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

Thymallus. Género zoológico. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Superorden: teleósteos. Orden: **salmoniformes**. Suborden: salmonoides. Familia: salmónidos. Forma el único género de peces de agua dulce que viven en los cursos de montaña y en los lagos fríos de nuestro hemisferio Norte. Se reconocen por su aleta dorsal alta y por su pequeña aleta adiposa. Nombre vulgar: **tímalus**. Véase: *Salmonidae*. Consideramos: tímalo (*Thymallus thymallus*).

Thymallus arcticus. Pez. Designación oficial: **savelino europeo**.

Thymallus thymallus. Familia: salmónidos. Género: timalus. Su cuerpo es regularmente alargado con una aleta dorsal notablemente alta, cabeza pequeña con ojos grandes y boca pequeña. Aleta adiposa. Es de color verde grisáceo en el dorso y de un blanco plateado tirando a estaño en los laterales y el vientre. El tímalo europeo se extiende por el Oeste, centro y este del continente; por Escandinavia y Norte de Rusia. Vive como pez sedentario en aguas claras y rápidas. El tímalo es un buen pez para la pesca con mosca y sedal. Su carne es sabrosa, de excelente calidad, despide en estado fresco un característico aroma a tomillo. Alcanza los 60 cm de longitud. Nombre vulgar: **tímalo**. Sinónimo: *Salmo thymallus*.

Thymus citriodorus. Familia: labiadas. Tiene el irresistible perfume fresco del limón. Usar para condimentar pescados y frutos de mar, pollo o ternera al horno. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo cítrico limón**.

Thymus citriodorus “Aureus”. Familia: labiadas. Hermosa planta compacta de aroma más suave que el tomillo común. Véase:

hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo áureo**

Thymus citriodorus “Fragrantissimus”. Familia: labiadas. Especie de tomillo que transmite un fuerte aroma de limón a los platos. Muy recomendable para las aves, la ternera y el marisco. No conviene cocerlo. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo con olor a naranja**.

Thymus citriodorus “Golden Queen”. Familia: labiadas. Una bonita planta, aunque con un aroma más débil que el tomillo cítrico limón. Usar en postres y salsas de crema. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo disciplinado de limón**

Thymus citriodorus “Silver Posie”. Familia: labiadas. Atractivo, sus hojas tienen bordes plateados. Usar como tomillo común. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo disciplinado plateado**

Thymus Doone Valley. Familia: labiadas. Planta trepadora. Su aroma y sabor tienen un dejo a limón. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo disciplinado**.

Thymus herba-barona. Familia: labiadas. Originario de Córcega, este tomillo de hojas brillantes tiene un suave dejo a alcaravea. Usar en platos de carne, aves, zanaorias, chirivías y quesos. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo de olor**

Thymus mastichina. Familia: labiadas. Abundante en España, crece en montañas hasta casi los 2.000 m de altitud y también vive en los valles. * Secularmente confundido con la mejorana (*Origanum majorana*) pero las flores son distintas, aunque el tronco leñoso es igual en ambas plantas. Las flores y posteriores semillas del tomillo blanco aparecen como si fueran bolitas, cuando las mismas se desgranar con la mano su aceite esenciales volatiliza despi-

diendo un aroma fuerte y muy agradable. El tomillo blanco no se utiliza en la industria cárnica debido a que no se cultiva y a su confusión con la mejorana. De olor y sabor muy agradables, pero distintos a los del tomillo, mejorana, orégano y otros. El tomillo blanco posee propiedades antioxidantes deteniendo el desdoblamiento de las grasas y transmite su singular aroma.

Thymus pallasianus. Familia: labiadas. El intenso olor a naranja hace que este tomillo sea apto para condimentar salsas para postres. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **tomillo cítrico**.

Thymus pulegioides. Familia: labiadas. Usar como tomillo común, aunque su sabor es algo más débil. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: tomillo de hoja ancha

Thymus serpyllum. Familia: labiadas. El género *Thymus* incluye una veintena de especies. Sin embargo, desde el punto de vista de su trascendencia económica, dos son especialmente importantes: el serpol (*Thymus serpyllum*) y el tomillo (*Thymus vulgaris*) Es como el tomillo de tallos rastreros. Presenta flores perfumadas, reunidas en espigas terminales de color rosado púrpura con un característico cáliz bilabiado. Véase: tomillo, hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **serpol**, serpillito, hierba luna.

Thymus vulgaris. Familia: labiadas. El género *Thymus* incluye una veintena de especies. Sin embargo, desde el punto de vista de su trascendencia económica, dos son especialmente importantes: el serpol (*Thymus serpyllum*) y el tomillo (*Thymus vulgaris*) El tomillo es una planta de distribución típicamente mediterránea, que crece espontánea y se cultiva en Francia, península ibérica y Sur de Italia. Especie arbustiva de porte ligeramente rastrero, se caracteriza por unas ramas leñosas portadoras de hojas opuestas, lanceoladas, algo tomentosas, con abundantes glándulas oleíferas en la cara inferior. Son precisamente las hojas las partes que se utilizan en la cocina y en el campo farmacéutico, en perfumería, fabricación de licores,

etc., ya que mediante destilación se obtiene un aceite esencial fuertemente aromático. Presenta flores perfumadas, reunidas en espigas terminales de color rosado púrpura con un característico cáliz bilabiado. El tomillo se cultiva para la obtención del conocido condimento (que en el comercio se encuentra desecado) y con fines ornamentales. Es muy común en España, y el cocimiento de sus flores suele usarse como tónico y estomacal. Combina bien con salsas, huevos, verduras, rellenos, carne y pescado asados. Fresco o seco resiste la cocción y es el acompañante ideal de guisos, *civets*, sopas, *cassoulets*, adobos, salsas de tomate y caldos cortos. Resulta muy adecuado para aromatizar el vinagre, y es además uno de los componentes del *bouquet-garni*. Véase: hierbas; hierbas medicinales. Nombre vulgar: **tomillo común**, tomello, tremoncillo, estremoncillo. Según el Código Alimentario, 3.24.50. Planta y sumidades floridas, sanas, limpias y secas del *Thymus vulgaris*, L.; *T. eygis*, L. *T. piperella*, L., o *T. prebella*. El producto seco no sobrepasará las cifras siguientes: Cenizas, máximo, 12%; Sílice, máximo, 4%; Aceite esencial, no menos del 1,5%. Véase: clasificación de especias.

Thynnus argentivittatus. Pez. Designación oficial: **albacora**.

Thynnus atlanticus. Otro nombre del pez: *Thunnus alalunga*. Designación oficial: **albacora**.

Thynnus balteatus. Otro nombre del pez: *Thunnus alalunga*. Designación oficial: **albacora**.

Thynnus brachypterus. Otro nombre del pez: *Orcynus thynnus*. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

Thynnus brasiliensis. Otro nombre del pez: *Euthynnus alletteratus*. Designación oficial: **bacoreta**.

Thynnus brevipinnis. Otro nombre del pez: *Euthynnus alletteratus*. Designación oficial: **bacoreta**.

Thynnus leachianus. Otro nombre del pez: *Euthynnus alletteratus*. Designación oficial: **bacoreta**.

Thynnus mediterraneus. Otro nombre del pez: *Orcynus thynnus*.

Thynnus mediterraneus. Pez. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

Thynnus obesus. Pez. Designación oficial: **patudo**.

Thynnus pacificus. Otro nombre del pez: *Germo alalunga*. Designación oficial: **atún blanco**.

Thynnus palamis. Familia: túnidos. Nombre vulgar: **listado**.

Thynnus pelamis. Pez. Designación oficial: **listado**.

Thynnus pelamys. Pez. Designación oficial: **listado**.

Thynnus rocheanus. Pez. Designación oficial: **melva**.

Thynnus thunnina. Otro nombre del pez: *Euthynnus alletteratus*. Designación oficial: **bacoreta**.

Thynnus vagans. Pez. Designación oficial: **listado**.

Thynnus vulgaris. Otro nombre del pez: *Orcynus thynnus*. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

Thyrinops pachylepis. Pez. Designación oficial: **pejerrey del norte**.

Thyrsites acabthoderma. Pez. Designación oficial: **escolar**.

Thyrsites atun. Familia: gempílicos. De gran importancia económica en el Sur del Atlántico y el Pacífico alcanza hasta 1,40

m de largo y entre 6 y 10 kg de peso. En Nueva Zelanda se capturan hasta 40.000 toneladas anuales; en América del Sur se mantiene en el segundo puesto dentro de la industria pesquera. Ahumado su sabor es delicioso. Nombre vulgar: **sierra**.

Thyrsites ballieui. Pez. Designación oficial: **conejo**.

Thyrsites pretiosus. Pez. Designación oficial: **escolar**.

Thyrsitops lepidopodes. Pez. Designación oficial: **sierra austral blanca**.

Thyrsoidea atlantica. Pez. Designación oficial: **morena**.

Thyrsoidea unicolor. Pez. Designación oficial: **morena negra**.

Thysanoessa inermis. Crustáceo. Designación oficial: **krill ártico**.

Thysanopsetta naresi. Pez. Designación oficial: **lenguado austral**.

Thysanoteuthis rhombus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: chipirón volarán; calamar rombo.

tiabendazol. (E-233) Conservante alimentario. Penetra los frutos y no se puede eliminar al lavarlos. Puede producir afecciones renales y hepáticas, náuseas, vómitos, irritaciones en los ojos y en la nariz. En alimentación se usa en: Conservas vegetales y frutas frescas. Actúa como antimicótico para el tratamiento superficial de los cítricos y en los plátanos. Véase: agentes conservadores. Sinónimo: 2-(4-tiazolil) benzimidazol (E-233)

tiamina (B₁) (mg) Vitamina soluble en agua presente en muchos alimentos. la carne de cerdo, hígado y granos enteros son fuentes ricas en ésta. También se llama **vitamina B₁** o aneurina. La deficiencia de tiamina

produce beriberi en los humanos y polineuritis en los pájaros. Los tejidos muscular y nervioso se afectan por esta deficiencia, y ocasinan un crecimiento lento. Las personas afectadas con beriberi son irritables y débiles y mueren de un paro cardíaco. La enfermedad de Wernicke, observada en alcohólicos, se asocia con una deficiencia de tiamina. Esta enfermedad se caracteriza por lesiones cerebrales, enfermedad del hígado y parálisis parcial de los nervios motores del ojo. Como todas las enfermedades por deficiencia de vitamina B, la de la tiamina se acompaña por la deficiencia de otras vitaminas. Sinónimo: vitamina B₁. Véase: alimentos ricos en vitamina B₁; pérdidas de tiamina en la cocción; vitaminas.

tian. Fuente de barro especial para gratinar que se emplea en los alrededores de Niza. Véase: Tian de sardinas.

tian de sardinas. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: sardinas al horno con acelga, espinaca y parmesano.

tiasclarín. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salema**.

tibiro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: zapatero caspín; zapatero palometa; zapatero sietecueros.

tiburó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: jaquetón; lamia; tintorera.

tiburón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cailón; cañabota gris; galludo; gata; jaquetón; lamia; marrajo; mielga; musola; pez martillo; pez toro; pez zorro; solrayo; tiburón aleta negra; tiburón amarillo; tiburón de Milberto; tiburón dentiliso; tiburón galano; tiburón jaquetón; tiburón sarda; tintorera tigre; tintorera; tollo negro espinoso; tollo negro narigón.

tiburón aleta negra. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus brevipinna*; *Carcharhinus johnsoni*; *Carcharhinus ma-*

culipinnis. Sinónimo oficial: Tiburón; Tiburón picudo.

tiburón amarillo. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus acronotus*; *Negaprion fronte*. Sinónimo oficial: Cazón amarillo; Sarda; Tiburón; Tiburón hocico negro; Tiburón limón.

tiburón ángel espinoso. Nombre vulgar del pez: *Squatina aculeata*.

tiburón ángel moteado. Nombre vulgar del pez: *Squatina oculata*.

tiburón angelito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **angelote argentino**.

tiburón anguila. Designación oficial española del pez: *Chlamydoselachus anguineus*. Sinónimo oficial: Cobra.

tiburón antropófago. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jaquetón**.

tiburón arenero. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus obscurus*. Sinónimo oficial: Amarillo arenero; Remoto.

tiburón arenero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tiburón trozo; toro bacota.

tiburón asesino. Nombre vulgar del pez: *Carcharodon carcharias*.

tiburón atlántico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gata nodriza**.

tiburón azul. Designación oficial española del pez: *Prionace glauca*. Sinónimo oficial: Azulejo; Tintorera; Verdemar.

tiburón azulejo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **marrajo**.

tiburón baboso. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus altimus*. Sinónimo oficial: Baboso.

tiburón baleta. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus ambornensis*.

tiburón ballena. Designación oficial española del pez: *Rhincodon typus*; *Rhiniodon typus*. Sinónimo oficial: Guatiporra.

tiburón ballena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peregrino**.

tiburón batea. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón sarda**.

tiburón blanco. Nombre vulgar del pez: *Carcharodon carcharias*. Designación oficial: jaquetón blanco; jaquetón.

tiburón boreal. Designación oficial española del pez: *Laemargus borealis*; *Laemargus brevipinna*; *Laemargus rostratus*; *Scymnus brevipinna*; *Scymnus rostratus*; *Somniosus microcephalus*; *Somniosus rostratus*; *Squalus borealis*; *Squalus norvegicus*. Sinónimo oficial: Pailona.

tiburón brasileño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón trozo**.

tiburón caballa. Nombre vulgar del pez: *Lamna ditropis*.

tiburón canasta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peregrino**.

tiburón carite. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **marrajo dientuso**.

tiburón carito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cailón**.

tiburón castaño. Designación oficial española del pez: *Apristurus brunneus*.

tiburón chato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón galano**.

tiburón cigarro. Designación oficial española del pez: *Isistius brasiliensis*. Sinónimo oficial: Tiburón luminiscente; Tiburón puro.

tiburón cobrizo. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus brachiurus*.

tiburón coludo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zorro**.

tiburón coralino. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus perezii*; *Carcharhinus springeri*. Sinónimo oficial: Cabeza dura; Cazón.

tiburón de aleta negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón poroso**.

tiburón de aletas negras. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón macuira**.

tiburón de arena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gata nodriza**.

tiburón de cola pequeña. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón poroso**.

tiburón de Groenlandia. Nombre vulgar del pez: *Somniosus microcephalus*.

tiburón de hocico grande. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo hocicón**.

tiburón de ley. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón jaquetón**.

tiburón de Milberto. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus milberti*; *Carcharhinus plumbeus*; *Carcharias coeruleus*; *Eulamia plumbeus*; *Lamna caudata*; *Prionodon milberti*; *Squalus cacchia*; *Squalus plumbeus*. Sinónimo oficial: Arrainzuri; Ca marí; Garda; Itsas-osto; Lobito; Lobo; Marrajo blanco; Tauró; Tiburón; Tintorera.

tiburón de noche. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus signatus*; *Hypoprion bigelowi*; *Hypoprion signatus*. Sinónimo oficial: Jesuita.

tiburón de peinetas. Nombre vulgar del pez: *Hexanchus griseus*.

tiburón dentiliso. Designación oficial española del pez: *Aprionodon isodon*; *Carcharhinus isodon*; *Carcharias isodon*. Sinónimo oficial: Tiburón.

tiburón dientuso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **marrajo dientuso**.

tiburón espinoso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: galludo común; galludo.

tiburón galano. Designación oficial española del pez: *Negaprion brevirostris*. Sinónimo oficial: Galano; Galano de ley; Tiburón; Tiburón chato; Tiburón limón.

tiburón gata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gata nodriza**.

tiburón gris. Nombre vulgar del pez: *Carcharhinus plumbeus*; *Hexanchus griseus*. Designación oficial: cañabota gris; lamia; tiburón sarda.

tiburón hocico negro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón amarillo**.

tiburón hocicón. Designación oficial española del pez: *Carcharias longurio*; *Scoliodon longurio*. Sinónimo oficial: Cazón; Cazón picudo del Pacífico; Tiburón tollo; Tollito; Tollo.

tiburón jaquetón. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus falciformis*; *Carcharhinus floridanus*. Sinónimo oficial: Jaquetón sedoso; Tiburón; Tiburón de ley; Tiburón lustroso; Tiburón sedoso; Tollo mantequero.

tiburón lamia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lamia**.

tiburón limón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tiburón amarillo; tiburón galano.

tiburón listado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera tigre**.

tiburón luminiscente. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón cigarro**.

tiburón lustroso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón jaquetón**.

tiburón macuira. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus aethlorus*; *Carcharhinus limbatus*. Sinónimo oficial: Balicero; Canalero; Macuira; Tiburón manchado; Tiburón de aletas negras; Tiburón volador.

tiburón mamón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tollo blanco; tollo mamón.

tiburón manchado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón macuira**.

tiburón martillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez martillo**.

tiburón martillo grande. Nombre vulgar del pez: *Sphyma tudes*.

tiburón martillo liso. Nombre vulgar del pez: *Sphyma zygaena*.

tiburón negro. Designación oficial española del pez: *Centrosyllium granulatum*. Designación oficial: tiburón negro espinoso; tollo negro espinoso; tollo negro narigón.

tiburón negro espinoso. Designación oficial española del pez: *Echinorhinus cookei*; *Echinorhinus macoyi*. Sinónimo oficial: Pez clavo; Tachuela; Tiburón negro.

tiburón negro espinoso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo negro de cachos**.

tiburón negro narigón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo negro espinoso**.

tiburón negro picudo. Nombre vulgar del pez: *Carcharhinus limbatus*.

tiburón nodriza. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gata nodriza**.

tiburón oceánico. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus macu*. Sinónimo oficial: Brasilero; Galano.

tiburón ojimoto. Designación oficial española del pez: *Oxynotus caribbaeus*.

tiburón pardo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón trozo**.

tiburón perlón. Nombre vulgar del pez: *Heptranquias perlo*.

tiburón perro. Nombre vulgar del pez: *Galeorhinus galeus*.

tiburón picudo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tiburón aleta negra; tollo hocicón.

tiburón pinto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cañabota gata**.

tiburón poroso. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus porosus*. Sinónimo oficial: Tiburón de aleta negra; Tiburón de cola pequeña; Tollo.

tiburón puro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón cigarro**.

tiburón salmón. Designación oficial española del pez: *Lamna ditropis*.

tiburón sarda. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus leucas*; *Carcharhinus nicaraguensis*. Sinónimo oficial: Cabeça chata; Cazón de playa; Lamia; Tiburón; Tiburón batea; Tiburón gris; Tiburón toro; Tollo.

tiburón sarda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lamia; toro bacota.

tiburón sedoso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón jaquetón**.

tiburón seis agallas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cañabota gris**.

tiburón sierra americano. Designación oficial española del pez: *Pristiophorus schroederi*.

tiburón siete agallas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cañabota gata**.

tiburón soperio. Designación oficial española del pez: *Galeocerdo zyopterus*.

tiburón tigre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera tigre**.

tiburón tinto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **marrajo dientuso**.

tiburón tollo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón hocicón**.

tiburón toro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lamia; pez toro; tiburón sarda.

tiburón trozo. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus milberti*; *Carcharhinus plumbeus*. Sinónimo oficial: Brasileiro; Cazón; Cazón trozo; Caçao galhudo; Tiburón arenero; Tiburón brasileño; Tiburón pardo.

tiburón vaca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cañabota gris**.

tiburón vitamínico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo vitamínico**.

tiburón volador. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón macuira**.

tiburón zorro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: zorro ojón; zorro.

tiburón zorro blanco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez zorro**.

tiburón zorro negro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zorro ojón**.

tiburón zorro ojón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zorro ojón**.

tiburones. Véase: *Squaliformes*.

tiburones ángel. Véase: *Squatinae*. Sinónimo: escuatínidos.

tiburones martillo. Véase: *Sphyrnidae*. Sinónimo: esfírnidos.

tiburones trillo. Véase: *Alopiidae*. Sinónimo: alópidos.

ticonha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gavilán ticon**.

ticroupia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco torroto**.

tiempo de cocción. Es difícil precisar cual es el tiempo de cocción exacto para cada salteado, ya que indicarlo podría inducir a errores. El tiempo necesario para cocer la comida depende no sólo de la manera en que se cortan los ingredientes y de la temperatura de cocción, sino también de la cantidad de ingredientes y del tamaño de la cacerola. Si ésta está llena, los nuevos ingredientes tardarán más tiempo en cocerse, por el contrario, si utiliza una cacerola grande y espaciosa, la comida tiene mayor contacto con la base y por lo tanto se cuece más rápidamente. Con un poco de sentido común y algo de experiencia, enseguida sabrá reconocer el momento justo en que debe añadir la siguiente tanda de ingredientes. Preste especial atención a la cocción de las aves; compruébela en cada etapa y justo antes de servir el plato. Si al pinchar el ave con un tenedor sale un jugo con restos de sangre, la carne no está suficientemente cocida.

tiempo de maduración viva. Sinónimo: tiempo de mortificación.

tiempo de mortificación. Es el tiempo que tradicionalmente se ha aplicado a las aves de caza después de su muerte con el fin de acentuar las propiedades sápidas de su carne. Después de la muerte, el glucógeno de los músculos se convierte en ácido láctico; las fibras se ablandan, pierden consistencia y se hacen más digeribles. Concluido este proceso, comienza un peligroso fenómeno

bacteriano. Al cabo de pocos días los gérmenes latentes en los intestinos generan toxinas patógenas como consecuencia de una actividad microbiana. La primera parte de la mortificación mejora las condiciones de la carne; la segunda las corrompe. Por eso es tan importante detener el proceso en el momento adecuado. No es cierta la frase “La perdiz con el dedo en la nariz”. Sinónimo: faisandage; tiempo de maduración viva.

tierno. Véase: vino tierno.

tierra. (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 obtenidos de aceitunas recolectadas con tierra o barro, que no han sido lavadas. Este gusto puede ir a veces acompañado por otro a humedad o moho. Véase: cata del aceite de oliva.

tieso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tieso antillano**.

tieso antillano. Designación oficial española del pez: *Ophichthus spinicaudata*. Sinónimo oficial: Morena; Serpent; Tieso.

tieso blanco. Designación oficial española del pez: *Ophichthus ocellatus*. Sinónimo oficial: Serpent.

tieso chileno. Designación oficial española del pez: *Muraenichthys chilensis*. Sinónimo oficial: Anguila.

tieso chiro. Designación oficial española del pez: *Ophichthus zophochir*. Sinónimo oficial: Anguila; Anguila amarilla; Culebra marina; Morena.

tieso común. Designación oficial española del pez: *Ophichthus pacifici*; *Ophichthus pacificus*. Sinónimo oficial: Anguila; Anguila del Pacífico; Cobra.

tieso de Afuera. Designación oficial española del pez: *Ophichthus afuerae*; *Progonophis fossatus*. Sinónimo oficial: Anguila; Anguila de lobos de Afuera.

tieso manchado. Designación oficial española del pez: *Ophichthus grandimaculatus*. Sinónimo oficial: Anguila con manchas; Anguila manchada; Serpiente marina.

tieso mejicano. Designación oficial española del pez: *Bascanichthys peninsulae*. Sinónimo oficial: Anguila con manchas; Anguila; Morena.

tieso milgo. Designación oficial española del pez: *Ophichthus remiger*. Sinónimo oficial: Anguila común.

tieso moteado. Designación oficial española del pez: *Ophichthus triserialis*. Sinónimo oficial: Anguila; Anguila moteada; Morena.

tieso negro. Designación oficial española del pez: *Ophichthus gomesi*. Sinónimo oficial: Safio; Serpent.

tieso panameño. Designación oficial española del pez: *Buscanichthys panamensis*. Sinónimo oficial: Anguila.

tieso peruano. Designación oficial española del pez: *Ophichthus callaensis*. Sinónimo oficial: Anguila; Anguila peruana.

tieso pintado. Designación oficial española del pez: *Ophichthus ophis*. Sinónimo oficial: Serpent.

tieso pinto. Designación oficial española del pez: *Ophichthus dicellurus*. Sinónimo oficial: Anguila manchada.

tieso tero. Designación oficial española del pez: *Ophichthus ater*. Sinónimo oficial: Anguila; Anguila tero.

tignamica. Nombre vulgar de la planta: *Helichrysum italicum*.

tigre. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón carabali**; **camarón cebra**; **camarón fijador indio**; **camarón pinto**; **camarón tigre**.

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

tigre marino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera tigre**.

tijerilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **agujón sable**.

tila. Véase: vino aroma tila.

tila. Nombre vulgar de la planta: *Tilia platyphylloides*.

tilagua. Véase: cereza tilagua.

tilapia. Designación oficial española del pez: *Oreochromis aureus*; *Oreochromis spilurus*; *Tilapia nilotica*.

Tilapia nilotica. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tilapia**.

Tilia platyphylloides. Familia: tiliáceas. Flores olorosas del tilo que se utilizan secas para preparar infusiones con propiedades calmantes, sedantes y relajantes. Puede usarse asimismo en la cocina para aromatizar helados y dulces, y realzar el sabor de ciertas salsas con nata. Además proporciona un agradable aroma al pollo y al pescado preparados al vapor. Véase: infusión. Nombre vulgar: **tila**.

Tiliaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophytes) División: magnoliophyta (angiosperms; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae; apetalae y choripetalae (o dialypetalae) Orden: malvales (columniferae) se compone de unas 400 es-

pecies esencialmente tropicales, con escasos representantes en las zonas templadas. Son plantas leñosas, raramente herbáceas, provistas de abundantes células mucilaginosas en la corteza y en la médula, hojas, por lo común esparcidas, enteras o lobadas, estipuladas, con las flores agrupadas en cimas dichasiales protegidas por una bráctea característica, con estambres libres o reunidos en varios hececillos. El fruto es una núcula unilocular por atrofia. Consideramos: tila (*Tilia platyphyllos*).

tiliáceas. Véase: *Tiliaceae*.

Tilletiaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas). División: fungi. Clase: basidiomycetes. Subclase: hemibasidiomycetes. Orden: ustilaginales.

tilsit. Véase: queso tilsit.

tímalo. Nombre vulgar del pez: *Thymallus thymallus*.

timalus. Véase: *Thymallus*.

tímaro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

timbal campestre. Plato integrante de la cocina uruguaya con arroz. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** arroz, mantequilla, chorizo, vino blanco, cebolla, salsa de tomate, pimienta. Véase: arroz en platos internacionales.

timbal de espinacas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 45 minutos. **Ingredientes:** espinacas, huevo, mantequilla, queso rallado, rebanada de pan de molde. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

timbales de huevos. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 18 minutos. **Ingredientes:** patatas, mantequilla, yemas, nata fresca, queso rallado, pimienta, nuez moscada, sal, jamón serrano, huevo, tomate,

aceite, laurel, triángulos de pan frito en aceite. Véase: huevos en preparaciones varias.

tímbalo cebra. Nombre vulgar del pez: *Leiosotomus xanthurus*.

tímbalo de dorso verde. Nombre vulgar del pez: *Johnius soldado*.

tímbalo moteado. Nombre vulgar del pez: *Cynoscion nebulosus*.

tímbalo negro. Nombre vulgar del pez: *Pogonias cromis*.

tímbalo rojo. Nombre vulgar del pez: *Sciaenops ocellata*.

timo. Ciclóstomo, nombre vulgar. Designación oficial: **lamprea de mar**.

timo. Despojo cárnico. Entre las vísceras comestibles hay que incluir el timo de los animales jóvenes. En carnicería se conoce con el nombre de “molleja”. Su estructura es glandular y su existencia es transitoria. Por su contenido en ácido láctico es muy digestible y nutritivo, ya que contiene gran cantidad de proteínas, en forma de albúmina y fibrina. En Madrid son célebres las **mollejas**, pero no en todas las regiones se consumen. El timo se suele utilizar para la producción de productos opoterápicos. Véase: clasificación de despojos.

timoner. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tricholoma acerbum*.

timuco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **agujón verde**.

tinajita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **paguala peluquero**.

Tinca marina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótola de roca**.

Tinca tinca. Familia: ciprínidos. Pez de agua dulce, cuerpo fusiforme. Cuerpo alto y comprimido, con la base de la cola mucho más alta que la de la carpa. Sólo una pequeña

barbilla a cada lado de la boca. Aletas muy redondeadas, la dorsal corta y alta; la caudal menos escotada que en la carpa, con los lóbulos más romos. Color variable, generalmente oliváceo, a veces dorado, casi blanco o negro. Piel muy mucosa. Las aletas son oscuras o grises. Se alimenta de plancton y pequeños animales del fondo. Talla hasta 70 cm. Peso hasta 8 kg. Habita el curso bajo de los ríos, lagos y lagunas de toda España. Se cultiva en piscifactorías, como una cosecha suplementaria de la de la carpa y tiene fácil venta, aunque su carne no es muy apreciada, en parte porque a veces sabe a cieno, y sobre todo, por su abundancia de espinas. La mejor forma de prepararla es en marinada. Nombre vulgar: **tenca**. Según el Código Alimentario, 3.12.02. Pescado teleósteo, cipriniforme. *Tinca tinca*, Linneo. Véase pescado.

Tinca tinca. Pez. Designación oficial: **tenca**.

tinga. Plato de la cocina de Hidalgo en Méjico. **Ingredientes:** lomo de cerdo, longaniza, cebolla, ajo, jitomate, chile chipotle, manteca, papa, vinagre, aguacate. Véase: carnes en la cocina de Méjico.

tinícalo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejerrey tinícalo**.

tinícalo cabezón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejerrey cabezón**.

tinta china. Véase: pinturas y tinta china.

tinta de calamar. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pastas colorata. La tinta de calamar proporciona a la pasta una coloración negra.

tinta de Madrid. Véase: uva tinta de Madrid.

tinta de Toro. Véase: uva tinta de Toro.

tinta del país. Véase: uva tinta del país.

tinta fina. Véase: uva tinta fina.

tintas y otros. Según el Código Alimentario, 2.09.08. Las tintas, ya sean para escritura, para imprenta o litografía, gomas de borrar y de pegar, papeles usuales y de calco para para uso escolar o de escritorio estarán exentos de arsénico, plomo y otras sustancias nocivas. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

tintes domésticos. Según el Código Alimentario, 5.38.41. Los productos usados para la tinción doméstica de vestidos y otros artículos confeccionados no podrán contener plomo, arsénico, parafenilenodiamina libre, ácido pícrico, coralina u otras sustancias nocivas que puedan ser absorbidas por la piel. Véase: artículos higiénicos y de uso doméstico.

tinto aragonés. Véase: uva garnacha tinta

tinto común. Variedad de uva tinta Véase: uva negra de Madrid.

tinto de Madrid. Véase: uva tempranillo.

tinto de Navacarnero aragonés. Variedad de uva tinta, Véase: uva garnacha tinta.

tinto de Requena. Variedad de uva tinta. Sinónimo: uva bobal.

tinto de Zurra. Variedad de uva tinta. Sinónimo: uva bobal.

tinto del país. Véase: uva tinta del país.

tinto fino. Véase: uva tempranillo

tinto fino. Véase: uva tinta fino.

tinto Madrid. Variedad de uva tinta. Véase: tempranillo.

tintoleta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cailón; marrajo; tintorera.

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

tintoreiro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera tigre**.

tintorera. Designación oficial española del pez: *Carcharias glaucus*; *Galeus glaucus*; *Gkyohius glaucus*; *Prionace glauca*; *Priodon glaucus*; *Squalus caeruleus*; *Squalus glaucus*; *Thalassinus rondeletti*; *Thalassorhinus vulpecula*. Sinónimo oficial: Anequín; Ca marí; Caella; Cailón; Cania; Chiri; Chirimoya; Guenlla; Itsas-osto; Itxas; Itxas kardoya; Janiquín; Kadel; Kardaya; Kenlla; Marrac; Marraix; Marrajo; Marrajo azul; Marrasu canilla; Marrazo canil; Melgacho; Morraix; Otazotz; Quella; Quenlla; Salproig; Solraig; Taburó; Tauro blau; Tiburó; Tiburón; Tintoleta; Tintoreira; Tollo.

tintorera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lamia; melgacho; pintarroja; tiburón azul; tiburón de Milberto; tintorera tigre.

tintorera. Variedad de uva tinta. Véase: uva garnacha tintorera.

tintorera tigre. Designación oficial española del pez: *Galeocерdo arcticus*; *Galeocерdo cuvier*; *Galeocерdo cuvieri*; *Galeorhinus arcticus*; *Squalus arcticus*; *Squalus cuvier*. Sinónimo oficial: Alecrín; Requin des forçats; Tiburón; Tiburón listado; Tiburón tigre; Tigre; Tigre marino; Tintoreiro; Tintorera.

tinuró. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **solrayo**.

tiñosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: jurel negro; cabracho.

tiñosa blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel volantín**.

tiñosu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho**.

tiosulfato sódico. Sal sódica del ácido tiosulfúrico, de fórmula $\text{Na}_2\text{S}_2\text{O}_3$. Se emplean como aditivo alimentario en el grupo de:

Decolorantes. La cantidad autorizada de este aditivo es: Tripas naturales preparadas para embutidos 5.000 mg/kg.

Tiphle hexagonus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aguja mula**.

tipula. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Allium cepa*. Sinónimo: **cebolla**

tipulatx. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Allium ascalonicum*. Sinónimo: **escalona**

tipulatx. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Allium ascalonicum*. Sinónimo: **asxalonia**

tipulatx. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Allium ascalonicum*. Sinónimo: **es-calaña**

tipulatx. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Allium ascalonicum*. Sinónimo: **chalote**

tipulin. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Allium ampeloprasum*. Sinónimo: **cebollino**.

tipos de cerveza. Véase: cerveza.

tipos de fruta desecada. Según el Código Alimentario, 3.22.11. Las frutas desecadas de consumo, entre otras, son las siguientes: 1) **Aceitunas pasa u oliva pasa**; 2) **Albaricoque desecado**; 3) **Castaña desecada o pelada**; 4) **Ciruela pasa**; 5) **Dátil**; 6) **Higos-pasa**; 7) **Manzana desecada**; 8) **Medallones**; 9) **Melocotones deshuesados en mitades**; 10) **Melocotones en tiras**; 11) **Pelones o melocotones con hueso**; 12) **Peras desecadas**; 13) **Uvas pasas**. Véase: frutas.

tira. Forma de cortar la verdura, u otro alimento, en trozos de 1 cm de ancho y de 3 a 6 cm de largo. Véase: corte rectangular.

tira a amargo. Véase: amargor.

tira al sol. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **catalufa semáforo**.

tira de panceta de cerdo. Corte de la canal de cerdo. Ideal para asar al horno o a la parrilla. Después de quitarle la piel se puede picar para salchichas y pasteles de carne. Véase: canal de porcino; despiece de la canal de porcino.

tirabeque. Nombre vulgar de la planta: *Pisum sativum* var *macrocarpon*.

tiradito de corvina. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** corvina, limón, ajo, rocote, cebolla, apio, ají amarillo, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

tiradito de lenguado. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** lenguado, limón, ajo, rocote, cebolla, apio, ají amarillo, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

tiramisú. Plato de la “cocina de Italia”. Nombre español: postre de chocolate y queso crema “levántame”.

tirar. Véase: vino tirar a.

tiras. Véase: palitos.

tiras de carne de cerdo asado. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. Este es un plato cantonés clásico. Se sirve caliente a la manera tradicional, o bien en tajadas frías, acompañadas con verduras salteadas, arroz y fideos fritos. **Ingredientes:** Carne de cerdo, miel clara. **Para la marinada:** Azúcar, salsa de soja clara, salsa de soja amarilla, salsa hoisin, salsa de ostras, cinco especias, vino Shaohsing, sal. Nombre en China; *char siu*.

tiras de lenguado frito, salteado con dados de alcachofas, alcauciles y patatas. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pescado”. **Ingredientes:** lenguado (*Solea solea*), alcauciles, jugo de limón, patatas, mantequilla, harina, cebollitas, jugo

de vacuno, sal, pimienta, perejil. Nombre en Francia: sole murat. Véase: pescado en la cocina de Francia.

tiras de pollo para saltear. Pechuga cortada en tiras para salteados. Véase: despiece de pollo.

tiras finas. Técnica de corte de verduras y hortalizas. Son más delgadas que los palitos, pero no tan frágiles como los bastoncitos. Han de ser de unos 5 mm de grosor. Véase: técnicas de corte de verduras.

tiravira. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez palo**.

tiroides. Véase: despojos.

tirosina. Ácido β -parahidroxifenil- α -aminopropiónico. Precursora de las hormonas epinefrina (adrenalina), norepinefrina (noradrenalina), tirosina y triyodotironina, y del pigmento negro melanina. El aminoácido se forma a partir del ácido fosfoenolpirúvico y D-eritrosa-4-fosfato, por medio de los ácidos shikímico y prefénico. En los animales, la tirosina se logra por la oxidación de la fenilalanina presente en la dieta. La principal ruta de la degradación metabólica produce los ácidos fumárico y acetoacético. Aminoácido presente en la dieta y liberado por hidrólisis de las proteínas de los alimentos. La mayoría de las proteínas contienen entre 1 y 6% de tirosina; la insulina y la papaína son especialmente ricas en este tipo de aminoácido (alrededor del 13%) La tirosina no es un aminoácido esencial para el hombre siempre que la dieta contenga fenilamina en cantidad suficiente para satisfacer las necesidades de dicho aminoácido como tal y como precursor biosintético de la tirosina requerida por las distintas estructuras del organismo; como es fácil deducir, la adición de tirosina a la dieta reduce las necesidades diarias de su precursor la fenilamina. Véase: aminoácidos; jamón ibérico de bellota.

tirsa. Nombre vulgar del pez: *Alosa alosa*.

Tirus marmoratus. Pez. Designación oficial: **pez de San Francisco**.

tisana. Sinónimo: infusión.

tisich. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **borracho**.

titaina. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “ensaladas”. Cocina de Valencia. **Ingredientes:** atún en salmuera, tomates, pimientos rojos, piñones, ajo, azúcar, pimienta, aceite, sal.

Titaria cordata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja mejicana**.

tití. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón botallón; camarón siete barbas; camarón titi.

titi amarillo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón titi**.

tito. Nombre vulgar de la planta: *Lathyrus sativus*.

tito falso. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Esta pieza del morcillo es más correosa y abundante en tejidos conjuntivos que otros cortes de la pierna. Como mejor resultado da es en guisos (gulash) y ragús. Véase: pierna.

titolero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anjova**.

titulat. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abambolo de cantil**.

titulot. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: abambolo de cantil; ratón.

tivela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tivela argentina**.

tivela argentina. Designación oficial española del molusco: *Tivela isabelleana*. Sinónimo oficial: Almeja triangular; Tivela.

tivela blanca. Designación oficial española del molusco: *Tivela hians*. Sinónimo oficial: Concha blanca; Piojosa.

Tivela hians. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tivela blanca**.

Tivela isabelleana. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tivela argentina**.

Tivela mactroides. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tivela triangular**.

tivela pismo. Designación oficial española del molusco: *Tivela stultorum*. Sinónimo oficial: Almeja pismo.

Tivela stultorum. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **tivela pismo**.

tivela triangular. Designación oficial española del molusco: *Tivela mactroides*.

tiyeux. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo cunaro**.

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

tiznao. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “huevos, empanadas, pastas, migas y pistos”. Cocina de La Mancha. **Ingredientes:** patatas, bacalao, pimientos rojos secos, ajos, pimentón, cebolletas, harina, sal.

TL. Concentración de producto tóxico en la atmósfera, a partir de la cual hay riesgo para las personas. Se expresará, para productos gaseosos, en partes por millón, y para los que están en forma de partículas ligeras, en miligramos por metro cúbico. Véase: toxicidad.

Tochidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: moluscos. Clase: gasterópodos. Subclase: prosobranchios. Orden: diotocardios. Suborden: troquinados. Es una gran familia de caracoles de mar de todos los tamaños y cuya concha

recuerda a una peonza, es decir, que los giros no son convexos, sino más o menos planos. Al contrario que en la familia de los caracoles de boca redonda (*Turbinodae*), la tapa es delgada y tiene forma de cuerno. Las numerosas especies de esta familia habitan los mares cálidos y templados y los tropicales. Las grandes especies del Indopacífico se utilizan para la elaboración de nácar. Sinónimo: peonzas. Consideramos: caracol gris (*Monodonta turbinata*); caracol tigre del Oeste de la India (*Citarium pica*).

tocino. Grasa situada bajo la piel del cerdo. El tocino graso, que se halla entre la carne y la corteza, se usa sobre todo en la manteca de cerdo; el tocino magro, por su parte, procede de la zona del pecho. Del tocino fresco, salado o ahumado, se obtienen los chicharrones, que forman parte de la preparación de cocidos, guisos y pueden añadirse también a las verduras, las ensaladas y las tortitas. Unos 100 g de tocino contienen un promedio de 880 kcal. Véase: grasa animal comestible, despiece de la canal de porcino. Según el Código Alimentario, 3.10.22. Es el tejido adiposo subcutáneo, fresco, de cerdo sano, libre de tejidos no grasos, de color ligeramente blanco rosáceo, olor “sui generis”, de consistencia compacta y untuosa, obtenida por despiece según normas determinadas para su consumo en fresco, salado, condimentado o industrializado. * El tocino debe ser homogéneo, y su punto de fusión oscilar entre 35 y 50 grados centígrados. * Se clasifica en: **Tocino entreverado, Panceta, Bacón.** Véase: derivados cárnicos. Nombre vulgar del animal familia de los *Suidos*. Véase: cerdo.

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

Tocino de cerdo	
Energía (kJ)	2811,47
Energía (kcal)	672,60
Sodio (mg)	560,00

Porción comestible	100,00
Potasio (mg)	80,00
Grasa (g)	71,00
Colesterol (mg)	57,00
Grasa moninsaturada (g)	29,16
Grasa saturada (g)	26,28
Proteína (g)	8,40
Calcio (mg)	6,00
Magnesio (mg)	5,00
Grasa poliinsaturada (g)	4,75
Niacina (mg eq. niacina)	1,30
Hierro (mg)	0,70
Cinc (mg)	0,40
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina E (mg)	0,00
Ácido fólico (µg)	tr.
Fósforo (mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Yodo (mg)	

tocino de cielo. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “postres”. Cada región elabora su propio “tocinillo”. Los asturianos dicen que no existe otro como el de Grado, en Andalucía reclaman su paternidad porque existe un origen próximo en Jerez, donde –para clarificar los vinos- se empleaban claras montadas a punto de nieve. Las yemas sobrantes se ofrecían a las monjas, que elaboraban diversas especialidades de dulces.

tocino de cielo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tocino entreverado. Según el Código Alimentario, 3.10.22. Es el que presenta cierta cantidad de fibras musculares entre el tejido adiposo. Véase: tocino.

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

tocino salado con papas. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** tocino, papas. Para acompañar: vino, mojo de manteca.

tocoferol. Sinónimo: vitamina E.

Todarodes filippovae. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **jibia antártica**.

Todarodes sagittatus. Familia: ommastreídeos. Cuerpo torpediforme, alargado, cónico y terminado en punta, con aletas insertas sobre el tercio distal del manto y se reúnen en la punta en una ancha aleta caudal o timón romboidal. Los 2 tentáculos no son retráctiles y se ven siempre, ocupando las mazas al menos los últimos $\frac{3}{4}$, por lo que las 4 irregulares filas de ventosas llegan casi a la raíz de los tentáculos; anillos quitinosos de las ventosas con 7-9 dientes, alternándose unos largos y agudos con otros más cortos y anchos; las ventosas de las filas externas son más pequeños. Color purpúreo oscuro. Tinta más bien parda que negra. Talla hasta 1 m. Peso hasta 15 kg. Atlántico y Mediterráneo. Carne más dura y de peor calidad que la de los calamares. Nombre vulgar: **pota**, aluda. Designación oficial: **pota europea**. Véase: calamar (*Loligo vulgaris*) Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, cefalópodo, *Ommastrephes* y *Todarodes*. Véase: marisco.

Todaropsis eblanae. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pota**.

Todaropsis veranyi. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **volador**.

Todaropsis veranyi. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pota**.

tófana. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tuber brumale*.

tófana blanca. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tuber aestivum*.

tófana d'hivern. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tuber brumale*.

tófana negra. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tuber melanosporum*.

toffuti. Producto a base de leche de soja al que se añade aceite vegetal y azúcar. El *toffuti* helado no posee lactosa. Si se compara con el helado, el toffuti no tiene tantos ácidos grasos saturados, carece de colesterol, y posee dos veces menos proteínas y las mismas calorías.

tofia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cherná cabrilla**.

tofu. El tofu es cuajada de leche de soja enriquecida, con más semillas de estas legumbres por litro que el yogur. Dicha cuajada, concentrado proteico, se prensa como queso fresco de soja y su textura dependerá de la cantidad de suero que se extrae: el **tofu blando** o "japonés" tiene una consistencia similar a las natillas y es ideal para salsas, adobos y budines; el **duro**, con menos suero, es adecuado para ensaladas, pasteles de queso o revueltos; el **extraduro**, más denso, se puede cortar en tacos o rodajas. En cualquier caso, el nivel de materia grasa es apreciable y a él se debe prácticamente la mitad del valor calórico. Es un alimento que absorbe el sabor de las comidas que acompaña. Se usa para platos fríos o calientes, revueltos o croquetas. Se puede tomar como aperitivo, como plato principal, como postre o como bebida. Su sabor se ve potenciado con la salsa de soja, el ajo, el jengibre y el curry. El contenido de hierro del tofu es entre 2 y 3 veces superior al de una porción de carne cocida. Véase: leche de soja. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tofu	
Energía (kJ)	497,42
Calcio (mg)	200,00

Fósforo (mg)	190,00
Potasio (mg)	180,00
Energía (kcal)	119,00
Porción comestible	100,00
Magnesio (mg)	70,00
Grasa (g)	6,60
Ácido fólico (µg)	15,00
Proteína bruta (g)	11,50
Sodio (mg)	7,00
Carbohidratos (g)	3,30
Grasa poliinsaturada (g)	3,20
Hierro (mg)	1,70
Grasa moninsaturada (g)	1,30
Vitamina E (mg)	1,00
Grasa saturada (g)	0,80
Cinc (mg)	0,70
Fibra (g)	0,30
Niacina (mg eq. niacina)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,03
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Colesterol (mg)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Yodo (mg)	

tofu con pepino en vinagre. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “guarniciones”. **Ingredientes:** Tofu, pepino en vinagre, aceite, fécula de maíz. Aliño: Caldo, salsa de soja, azúcar, sal.

tofu salteado con gambas. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “guarniciones”. **Ingredientes:** Tofu, harina, aguardiente de arroz, aceite de sésamo, gambas, aceite, jengibre fresco, ajo, huevo, sal.

togarashi. Véase: shichimi togarashi.

togazu. Vinagre de arroz de color marrón. Véase: vinagre de arroz.

toheroa de Nueva Zelanda. Designación oficial española del molusco: *Paphies ventricosa*.

toil. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: galludo; musola dentada.

toil lisoa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **musola**.

tojunto. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “cocidos y potajes”. El pueblo tiene una forma directa de decir las cosas. Y cuando en una olla se echan, a la vez, “tó junto”, todos los ingredientes tenemos, efectivamente un plato único. Cocina de La Mancha. **Ingredientes:** carne de pecho de vaca, pimiento, patatas, cebolla, ajo, vino blanco, laurel, clavo, pimienta, azafrán, aceite, sal.

tolerancias de patatas. Véase: condiciones especiales y tolerancias de patatas.

tolete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **picuda picua**.

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

tolina. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **loco**.

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

tolla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cazón; musola dentada; musola.

tolle. Nombre vulgar del pez: *Galeorhinus galeus*. Designación oficial: **cazón**.

tollina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

tollito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cazón de ley; cazón playón; tiburón hocicón; tollo del norte; tollo moteado.

tollo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: alitán; cazón; galludo común; lamia; mielga; musola dentuda; musola; pez toro; pintarroja; solrayo; tiburón hocicón; tiburón poroso; tiburón sarda; tintorera.

tollo blanco. Designación oficial española del pez: *Mustelus dorsalis*. Sinónimo oficial: Cazón de leche; Musola blanca; Piruche; Tiburón mamón.

tollo cazón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo del norte**.

tollo coludo cubano. Designación oficial española del pez: *Eridacnis barbouri*; *Triakis barbouri*.

tollo con fajas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **musola fina**.

tollo cruz. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez martillo gigante**.

tollo de cachos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: galludo; musola fina; tolo negro de cachos.

tollo de Galápagos. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus galapagensis*.

tollo del norte. Designación oficial española del pez: *Mustelus maculatus*; *Mustelus nigromaculatus*. Sinónimo oficial: Tollito; Tollo cazón; Tollo manchado; Tollo pintado.

tollo fume. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cañabota gata; cañabota gris.

tollo gatuso. Designación oficial española del pez: *Mustelus schmitti*. Sinónimo oficial: Gatuso; Musola chata.

tollo hocicón. Designación oficial española del pez: *Rhizoprionodon longurio*. Sinónimo oficial: Cazón de Terranova; Tiburón de hocico grande; Tiburón picudo.

tollo hocicón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cazón de ley; cazón playón.

tollo listado. Designación oficial española del pez: *Mustelus fasciatus*. Sinónimo oficial: Caçao-malhado; Musola recorre-costas; Recorre-costas.

tollo mamón. Designación oficial española del pez: *Mustelus lunulatus*. Sinónimo oficial: Musola de leche; Tiburón mamón.

tollo manchado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo del norte**.

tollo mantequero. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus remotus*.

tollo mantequero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón jaquetón**.

tollo moteado. Designación oficial española del pez: *Halaelurus chiliensis*. Sinónimo oficial: Peje gato; Pintarroja; Tollito.

tollo negro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo negro de cachos**.

tollo negro centillón. Designación oficial española del pez: *Etmopterus paessleri*.

tollo negro de cachos. Designación oficial española del pez: *Aculeola nigra*. Sinónimo oficial: Gato negro; Tiburón negro espinoso; Tollo de cachos; Tollo negro.

tollo negro dormilón. Designación oficial española del pez: *Somniosus pacificus*.

tollo negro espinoso. Designación oficial española del pez: *Centroscyllium nigrum*. Sinónimo oficial: Tiburón; Tiburón negro; Tiburón negro narigón.

tollo negro jume. Designación oficial española del pez: *Centroscymus macracanthus*. Sinónimo oficial: Jume.

tollo negro luminoso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo negro narigón**.

tollo negro merga. Designación oficial española del pez: *Centrophorus scalpratus*. Sinónimo oficial: Merga.

tollo negro narigón. Designación oficial española del pez: *Etmopterus granulosus*. Sinónimo oficial: Cazón; Tiburón; Tiburón negro; Tollo negro luminoso.

tollo negro pajarito. Designación oficial española del pez: *Deania calcea*; *Deania eglantina*.

tollo pintado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo del norte**.

tollo vitamínico. Nombre vulgar del pez: *Mustelus mustelus*. Designación oficial española del pez: *Galeorhinus galeus*; *Galeorhinus vitaminicus*; *Galeus zyopterus*. Sinónimo oficial: Cazón; Cazón vitamínico; Caçao-frango; Tiburón vitamínico.

tollos con vino. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** tolo, ajo, pimentón, orégano, costras de pan duro, vinagre, vino blanco, aceite, sal, pimienta roja.

tollos guisados. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** tolo, aceite, vinagre, ajo, pimienta seca, sal, reunidos, pimentón, pan duro, agua.

tom yum. Sopa picante tailandesa. Véase: pasta tailandesa de curry rojo.

toma. Véase: queso de Toma.

tomarse. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprílico; eretismo cardiovascular.

tomate. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pastas colorata. Las pastas rojas se hacen tradicionalmente con polvo de tomate desecado, pero como a nivel comercial no se encuentra con mucha facilidad, un buen sustituto es el puré de tomate concentrado.

tomate. Nombre vulgar de la planta: *Solanum lycopersicum*; *Lycopersicon esculentum*. La

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

Tomate	
Potasio (mg)	250,00
Porción comestible	94,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	94,00
Energía (kJ)	75,72
Ácido fólico (µg)	28,80
Fósforo (mg)	27,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	26,60
Energía (kcal)	18,12
Calcio (mg)	10,60
Magnesio (mg)	8,30
Sodio (mg)	6,00
Carbohidratos (g)	3,50
Yodo (mg)	2,00
Niacina (mg eq. niacina)	1,90
Fibra (g)	1,40
Proteína (g)	1,00
Vitamina E (mg)	0,89
Hierro (mg)	0,70
Cinc (mg)	0,16
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,13
Grasa (g)	0,11
Grasa poliinsaturada (g)	0,11
Tiamina (B ₁) (mg)	0,07
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Grasa moninsaturada (g)	tr.
Grasa saturada (g)	tr.

tomate al natural. Según el Código Alimentario, 3.22.23. Producto obtenido de tomates enteros o partidos, desprovistos de la epidermis o no y envasados sin otro líquido que su propio jugo. El mínimo de extracto seco será de 4%. El valor máximo de pH será de 4,5. El contenido de calcio no sobrepasará 0,26 g/kg de producto preparado. El ácido cítrico presente no excederá 0,2% en peso. Véase: derivados de tomate.

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

Tomate al natural enlatado	
Sodio (mg)	2000
Retinol (mg)	333
Potasio (mg)	220
Porción comestible	100
Agua (mg)	95,5
Ácido fólico (µg)	25
Fósforo (mg)	22
Ácido ascórbico (mg)	16
Energía (kcal)	15
Calcio (mg)	10
Carbohidratos (g)	2,3
Proteínas (g)	1,1
Fibra vegetal (g)	0,9
Hierro (mg)	0,6
Grasa (g)	0,2
Tiamina (mg)	0,05
Riboflavina (mg)	0,03
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

tomate beefsteak. (*Lycopersicon esculentum*)

Este tomate de textura carnosa y sabor pleno es excelente para ensaladas. Una vez maduros, se guardan en la nevera, pero se deben sacar una hora antes de utilizarlos. Procure adquirir tomates en varios grados de maduración para asegurar una reserva constante. Véase: verduras de fruto.

tomate cherry. Su nombre se deriva de su tamaño, similar al de las cerezas. Es muy aromático y aunque su sabor tiene un punto ácido, puede llegar a ser muy dulce. Se puede comer crudo o cocido y es muy usado para adornar los platos. También contiene una alta concentración de vitamina C. Véase: tomate.

tomate cherry en rama. Tiene las mismas propiedades del cherry habitual pero con mayor durabilidad puesto que se cultivan en racimo y “pintones”, es decir, cuando

tienen una coloración rosada. Los tomates pueden durar hasta siete días en perfectas condiciones. Véase: tomate.

tomate de árbol. Nombre vulgar de la planta: *Cyphomandra betacea*.

tomate de la paz. Nombre vulgar de la planta: *Cyphomandra betacea*.

tomate francés. Nombre vulgar de la planta: *Cyphomandra betacea*.

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

Tomate frito Orlando	
Potasio (mg)	1074,30
Sodio (mg)	997,10
Energía (kJ)	321,02
Porción comestible	100,00
Fósforo (mg)	79,20
Energía (kcal)	76,80
Magnesio (mg)	54,30
Calcio (mg)	49,40
Ácido fólico (µg)	49,23
Vitamina A (µg eq. retinol)	31,77
Hierro (mg)	10,90
Carbohidratos (g)	9,76
Ácido ascórbico (C) (mg)	6,70
Grasa (g)	3,88
Vitamina E (mg)	3,73
Grasa poliinsaturada (g)	2,59
Proteína (g)	1,32
Cinc (mg)	1,13
Grasa moninsaturada (g)	0,89
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,43
Grasa saturada (g)	0,40
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,14
Tiamina (B ₁) (mg)	0,11
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,07
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

tomate hidropónico. (*Lycopersicon esculentum*) Cultivados con el método hidropónico

co, tienen los mismos valores nutritivos que los demás tomates, pero suelen tener menos sabor. Véase: hidropónica. Véase: verduras de fruto.

tomate maduro. De coloración roja intensa en su punto ideal, esta variedad es especial para untar, hacer salsas, gazpacho o cocinar al horno. Se recomienda comprarlo el mismo día de su consumo, aunque puede estar en el frigorífico un par de días. Véase: tomate.

tomate manzano. Sinónimo: tomate verde.

tomate pata negra. Véase: tomate Raf.

tomate pera. De gran firmeza y jugosidad, tiene un sabor dulce y sabroso, por lo que se recomienda para elaborar conservas. Troceado en medias unas suele acompañar muy bien ciertas ensaladas. Véase: tomate.

tomate Raf. Se reconoce por el contraste de su verde oscuro y el rojo intenso de su madurez. Muy sabroso y con mucha pulpa. Por su excelente sabor y dulzor inconfundibles se le denomina el “pata negra” de los tomates. Es ideal para acompañar las anchoas y para ensaladas. Véase: tomate.

tomate rama. Sabroso, aromático y lleno de pulpa. Para verificar su frescura, la rama debe ser verde y el racimo debe estar completo, sin falta de tomates. Es el preferido para la elaboración de salsas. Véase: tomate.

tomate seco. Los tomates secos no necesitan mantenerse en remojo mucho tiempo para rehidratarlos. Se cuecen a fuego lento hasta que se ablandan. Véase: verduras de fruto.

tomate silvestre. Bayas pequeñas de color marrón rojizo, sabor a tamarillo y caramelo, y textura parecida a la de la uva. Se emplean picadas en *focaccia* (en conserva), aperitivos, *chatnis* y salsas. Se pueden ad-

quirir desecadas o conservadas en aceite. Véase: ingredientes silvestres de Australia.

tomate verde. También se le llama manzano por su tamaño y por la consistencia de su pulpa. Supunto ideal de consumo es aquél en que pieza a enrojecer. Es el tomate ideal para las ensaladas. Por su tamaño y resistencia también es usado para rellenar. Véase: tomate. Sinónimo: manzano; tomate manzano.

tomates al horno. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. Para preparar tomates rellenos de otro modo, mezcla la pulpa de tomate con atún desmigado. No necesitan horno. **Ingredientes:** tomate, jamón de York, queso rallado, huevo, aceitunas deshuesadas, perejil, mantequilla, sal. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

tomates concassées. En la cocina de Francia, se llama así a los tomates pelados, sin semillas y picados. Se usan como base de muchas salsas, guisados y sopas. También se los puede usar como acompañamiento. Es importante elegir tomates firmes y maduros; si son demasiado blandos se desharán al pelarlos. Una vez que se hayan pelado y picado, deben usarse bastante rápido, si no comenzarán a perder parte de su textura y su sabor. El término tomates concassées también puede referirse a tiras de tomate.

tomates rellenos. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “verduras y hortalizas”. Cocina de Valencia. **Ingredientes:** tomates, huevos cocidos, queso, salsa de tomate, cebolla, leche, vino blanco, mantequilla, ajo, harina, aceite, sal.

tomates rellenos de arroz. Plato de la “cocina de Grecia” perteneciente al grupo de “arroz, verdura y ensaladas”. Tiempo de preparación: 30 minutos; tiempo de cocción 1 ½ horas. **Ingredientes:** tomate, aceite de oliva, cebolla, arroz de grano corto,

concentrado de tomate, perejil, sal y pimienta, agua. Véase: cocina de Grecia; arroz, verdura y ensaladas en la cocina de Grecia.

tomates rellenos de arroz y carne. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “arroces”. **Ingredientes:** Tomate, arroz blanco cocido, carne de cerdo picada, cebolla, aceite de oliva, queso rallado, orégano, sal, pimienta, pan rallado.

tomates rellenos de arroz y verduras. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “arroces”. **Ingredientes:** Tomates pequeños, arroz cocido, pimienta verde, berenjena, aceite de oliva, sal, queso rallado.

tomates rellenos de arroz, carne y queso. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “arroces”. **Ingredientes:** Tomate, arroz cocido, carne picada, queso cremoso, caldo de carne, cebolla, aceite de oliva.

tomates rellenos de marisco. Plato de la cocina de Cantabria “Noja” perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. **Ingredientes:** tomate, gambas, rape, cigala, cebolla, harina, leche, aceite de oliva, pimienta blanca, sal. Véase: cocina de Cantabria

tomates rellenos fritos. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de verduras. **Ingredientes:** patatas; harina de garbanzo; kalinji en grano; sal; pimienta de Cayena; mantequilla; garam masala; tomates; azúcar. Véase: verduras en la cocina védica. Nombre hindú: *alu tikkia tamatar sahit*.

tomates tunecinos, picantes, con huevos. Véase: pimientos y tomates tunecinos, picantes, con huevos.

tomatillo. Nombre vulgar de la planta: *Physalis isocarpa*.

tomatillo deshidratadas. Parecidos a las uvas pasas y con sabor agridulce, estos to-

matillos se pueden emplear en pasteles, mueslis y pudines, o simplemente como decoración. Véase: Aditivos y productos para repostería.

tombouron. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **moro de mangle azul**.

tomcod. Nombre vulgar del pez: *Microgadus proximus*.

tomello. Nombre vulgar de la planta: *Thymus vulgaris*.

Tomicodon chilensis. Pez. Designación oficial: **pejesapito**.

Tomicodon peterci. Pez. Designación oficial: **pejesapo del norte**.

tomillo áureo. Nombre vulgar de la planta: *Thymus citriodorus* “Aureus”

tomillo australiano. Hierba molida de color verde claro y aroma con notas de estragón, tomillo y romero. Úsela con moderación en sopas, rellenos, patés, panes de especias, *quiches*, tortitas y verduras. Se comercializa molido. Véase: ingredientes silvestres de Australia.

tomillo borriquero. Nombre vulgar de las plantas: *Lavandula stoechas*; *Lavandulla pedunculata*.

tomillo cítrico. Nombre vulgar de la planta: *Thymus pallasianus*.

tomillo cítrico limón. Nombre vulgar de la planta: *Thymus citriodorus*

tomillo común. Nombre vulgar de la planta: *Thymus vulgaris*.

tomillo con aroma a naranja. Nombre vulgar de la planta: *Thymus cutnodoris* “*Fragrantissimus*”.

tomillo de hoja ancha. Nombre vulgar de la planta: *Thymus pulegioides*

tomillo de olor. Nombre vulgar de la planta: *Thymus herba-barona*

tomillo disciplinado. Nombre vulgar de la planta: *Thymus vulgaris*“”.

tomillo disciplinado de limón. Nombre vulgar de la planta: *Thymus citriodorus* “Golden Queen”

tomillo disciplinado plateado. Nombre vulgar de la planta: *Thymus citriodorus* “Silver Posie”

tomme. Véase: queso tomme.

tomme de Savoie. Véase: queso tomme de Savoie.

tommy rough. Nombre vulgar del pez: *Arripis georgianus*.

tomollo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chalaco; chalapo.

tomoyo. Designación oficial española del pez: *Auchenionchus variolosus*; *Calliclinus validus*. Sinónimo oficial: Trambollo; Trambollo común; Trambollo con escamas.

tomoyo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chalapo; trambollo vieja.

tomoyo de aleta alta. Designación oficial española del pez: *Myxodes cristatus*. Sinónimo oficial: Doncella de aleta alta.

tomoyo verde. Designación oficial española del pez: *Myxodes ocellatus*; *Myxodes schmitti*; *Myxodes virides*. Sinónimo oficial: Doncella verde; Trambollito.

tónico. Véase: envasado y rotulación de las bebidas espirituosas.

tonina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bacoreta**.

tonino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: caballa; macarela caballa.

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

Tonna galea. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracola tonel**.

tonnarelli. Pasta alimenticia compuesta, en forma de cinta (fettucce) Esta pasta, cuya forma se parece a spaghetti cuadrado, de 1,5 mm de lado, es originaria de los Abruzzos donde se la llama **maccheroni alla chitarra** (*guitarra*) Se la denomina así porque se elaboraba presionando con un palo de amasar una capa gruesa de masa para que atravesara una herramienta con cuerdas de alambre semejante a una guitarra. Véase: pastas largas.

tono. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: castañeta azulada; jaqueta Acapulco; petaca chopá.

tonquicha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata tonquicha**.

tonta. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja tonta**.

tonto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garneo**.

tonyina. Nombre vulgar valenciano del pez: *Thunnus thynnus*.

tonyna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: atún del Atlántico; bacoreta.

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

toñina. Nombre vulgar del pez: *Euthynnus alletteratus*. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

toor. Semilla de la planta *Cajanus cajan*. Tipo de guisante amarillo pelado y partido, con sabor a tierra. Tiempo de cocción; 40-60 minutos. Véase: legumbres; toor dhal.

toor dhal. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de dhales y sopas. Procede de la *channa*, redondo de color amarillo pálido. Este dhal procede de lo que en América se denomina *pigeon peas*. Los granos partidos están recubiertos de una capa de aceite, que debe lavarse antes de cocinarlos. Véase: cocina védica.

top paddock. Véase: queso top paddock.

top paddock, corteza lavada. Véase: queso top paddock, corteza lavada.

top red. Variedad de manzana. Utilizada en la Denominación: Poma Plana d'Urgell.

topán. Nombre vulgar de la planta: *Artocarpus communis forst.*

topotorope. Nombre vulgar de la planta: *Physalis peuviana*.

toqui. Nombre vulgar de la planta: *Juglans neotropica*.

toquilla. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **mactra dulce**.

tord. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bodión verde; gallano; merlo; peto; zorzal.

tord de honduras. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **maragota**.

tord flasadé. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

tord flasader. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

tord flassadé. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zorzal**.

tord flassader. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zorzal**.

tord massót. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merlo**.

tord ruqué. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **vaqueta**.

tord verd. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bodión verde**.

tordo. Nombre vulgar del pez: *Symphodus doerderleini*; *Symphodus melanocercus*; *Symphodus ocellata*; *Symphodus quinquemaculatus*; *Symphodus tinca*. Designación oficial española del pez: *Labrus festivus*; *Labrus luscus*; *Labrus pincus*; *Labrus prasostictes*; *Labrus psittacus*; *Labrus turdus*; *Labrus zittus*. Sinónimo oficial: Bodión; Bodión verde; Budiión verde; Erregina; Espatart; Griva; Grive; Grivi; Grivia; Lotro tordo; Massot; Masót; Mutxuridin; Romerillo; Romero; Tort massot; Tort vert; Txilibit; Xinet; Xucla.

tordo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bodión; llambrega; peto; planchita; porredana; tordo de roca; vaqueta; zorzal.

tordo blanco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **porredana**.

tordo de fondo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tae rocas**.

tordo de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: gallano; maragota.

tordo de roca. Nombre vulgar del pez: *Symphodus mediterraneus*. Designación oficial española del pez: *Crenilabrus guttatus*; *Crenilabrus littoralis*; *Crenilabrus morelli*; *Crenilabrus ocellatus*; *Crenilabrus olivaceus*; *Labrus argenteostriatus*; *Labrus ocellatus*; *Labrus olivaceus*; *Labrus perspicillatus*; *Labrus reticulatus*; *Labrus venosus*; *Lutjanus ocellatus*; *Symphodus ocellatus*. Sinónimo oficial: Femella; Meret; Mero; Roquer; Roqué; Ruqué; Satch; Satx; Soig; Temella; Tordo; Tort; Tort de roca; Tort roquer femella; Tort roquer.

tordo picudo. Designación oficial española del pez: *Coricus brama*; *Coricus rostratus*; *Crenilabrus rostratus*; *Lutjanus lamarkii*; *Lutjanus rostratus*; *Lutjanus rubescens*; *Lutjanus scina*; *Lutjanus virescens*; *Symphodus rostratus*. Sinónimo oficial: Cotgero; Cotjero; Doncelleta; Grivietta; Petarch; Roquer; Roqué; Tort; Tort picut; Trugueta; Truguete; Trujeta; Tuerta; Tuerto.

tordo roquero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: peto; planchita; zorzal.

tordo verde. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bodi6n verde**.

toret. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lagartina; torillo; vieja.

torillo. Designación oficial española del pez: *Blennius ocellaris*. Sinónimo oficial: Ase moregaire; Ase mosegaire; Ase mossegai-re; Babosa; Baboso; Burro bramador; Burro bramadó; Buruzko; Capsigrany; Dormilega; Futaire; Futara; Gorroti; Guilla; Kabuxa; Perro; Raboa; Rabosa; Rabose; Rebosa; Reboy; Toret; Vieja.

torillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chaparrudo; dormilega de roca; gallerbu; vieja.

torito. Designación oficial española del pez: *Bovichthys chilensis*. Sinónimo oficial: Cachudito.

torito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: borrachito verde; borracho punteado; rubio gallineta; rubio polla; rubio vaquita; trambollito cachudito; vieja.

torito azul. Designación oficial española del pez: *Acanthostracion quadricornis*; *Lactophrys quadricornis*; *Lactophrys tricornis*. Sinónimo oficial: Pez cofre.

torito de los canales. Designación oficial española del pez: *Cottoperca gobio*.

torito pintado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **toro bacota**.

torno. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvina dorada; corvin6n gurrubato.

toro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: catalufa roca; catalufa toro; jurel com6n.

toro. Véase: vaca.

toro amarillo. Raza de aprovechamiento combinado. Es una raza de reses típicamente alemana, que adem6s, se cría en los estados alemanes. Seg6n su estructura corporal, hay que incluirlo entre los vacunos negros. Los animales son muy elegantes, tanto en lo que se refiere a la forma corporal como al colorido de distintos tonos de amarillo. Las producciones de leche y carne son muy buenas. A sus características corresponde tambi6n la elevada fertilidad hasta edad avanzada y la longevidad. **Características:** Peso de la vaca: 600-650 kg, altura 135 cm, peso del toro: 1.100 kg, altura: 145 cm. Producción de leche en una lactancia: 4.000 l, contenido en grasa de la leche: 4%. Véase: buey dom6stico.

toro bacota. Designación oficial española del pez: *Carcharias taurus*; *Eugomphodus taurus*; *Odontaspis platensis*; *Odontaspis taurus*. Sinónimo oficial: Bacota; Mangena; Tibur6n arenero; Tibur6n sarda; Torito pintado.

toro de Bali. Raza primitiva. El banteng (*Bos javanicus*), habitaba en grupos de 20 a 30 cabezas las junglas de bambú y los bosques montañosos de Indochina, la península de Malasia, Java y Borneo. Tambi6n se cri6 como forma domesticada como buey de Bali. El colorido del pelaje de los bueyes de Bali suele ser marr6n rojizo en el cuerpo, pero tambi6n gris y marr6nceo, blanco en las extremidades. Los toros son casi negros. En la mano posterior, la piel tiene

una gran mancha blanca, llamada lunar. El valor útil de los bueyes de Bali corresponde a su grado de ennoblecimiento. La leche sólo basta para la cría de los terneros; la mayor importancia de los animales está en la obtención de carne y en su empleo como animales de tiro y carga. **Características:** Peso de la vaca: 250-300 kg, altura: 117 cm; peso del toro: 350-400 kg; altura: 127 cm. Producción en leche de una lactancia: 400 l. Véase: buey doméstico.

toro de Provenza. Raza de carne. Los vacunos son de color marrón rojizo único, más claro en la zona de los ojos y del hocico. Se crían sobre todo por su carne, aunque también se emplean localmente como animales de tiro. **Características:** Peso de la vaca: 650 kg, altura 135 cm, peso del toro: 1.000 kg, altura: 145 cm. Véase: buey doméstico.

toro escocés (*Highland Cattle*). Raza primitiva. En el norte y oeste de Escocia, en los condados de Perth, Invernes, Argylshire y en las Hébridas, se cría un buey muy duro y sin pretensiones, de aspecto exterior desacostumbrado. Es pequeño, su cuerpo está cubierto por un pelaje áspero, generalmente marrón oscuro o negro, algunas veces también rojo, y raramente, blanco, en el que en invierno se desarrolla una espesa lana inferior. El pelaje forma en la cabeza un copete espeso, que cae libremente sobre los ojos. Los largos cuernos son liriformes. Los bueyes de las tierras altas se crían debido a su carne, la leche sólo alcanza para alimentar a los terneros. **Características:** Peso de la vaca: 300-400 kg, altura 120 cm, peso del toro: 500-650 kg, altura: 130 cm. Véase: buey doméstico.

toro húngaro. Raza primitiva. El buey estepario húngaro es un representante típico del antiguo tipo bovino de las amplias estepas de Europa Oriental. Es una de las pocas especies bovinas que todavía se emplea como animal de tiro, pues fuerte y rápido; además su constitución es extraordinariamente resistente. **Características:** Peso de la vaca: hasta 500 kg, altura 140 cm, peso del toro: 800 kg, altura: 155 cm. Producción en leche en una lactancia: 1.000 raramente 2.000 l. Contenido en grasa de la leche: hasta un 6%. Véase: buey doméstico.

toro marino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: catalufa roca; catalufa toro.

toro rojo. Raza de carne. Los animales originarios de esta raza fueron un vacuno de leche sin cuernos, del condado de Soffolk y ganado de engorde con cuernos de Norfolk. Este vacuno tiene unas dimensiones medianas y un esqueleto delicado. El pelaje es rojo por completo. Actualmente sólo se emplea en la producción de carne. **Características:** Peso de la vaca: 500 kg, altura 113 cm, peso del toro: 800-900 kg, altura: 145 cm. Véase: buey doméstico.

toro salinero austríaco. Raza de aprovechamiento combinado. Esta raza bovina es muy numerosa en Austria y supone un 40% del número total de bovinos. El objetivo actual de la cría es el aumento de la producción de carne y de leche. Es de constitución resistente y muy prolífico. Su colorido es rojo manchado, la barriga y la parte inferior de las patas son blancas. **Características:** Peso de la vaca: 550-700 kg, altura 128-135 cm, peso del toro: 1.000 kg, altura: 134-138 cm. Producción de leche en una lactancia: 5.000 l o más l, contenido en grasa de la leche: 4,29%. Véase: buey doméstico.

toronja. Nombre vulgar catalán de la planta: *Citrus sinensis*. Sinónimo: **naranja**

toronja. Nombre vulgar de la planta: *Citrus maxima*; *Solanum quitoense*. La cantidad de

nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Toronja	
Potasio (mg)	212,00
Energía (kJ)	142,96
Porción comestible	73,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	40,00
Energía (kcal)	34,20
Calcio (mg)	17,00
Fósforo (mg)	17,00
Magnesio (mg)	10,00
Carbohidratos (g)	8,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	3,20
Sodio (mg)	1,80
Proteína (g)	0,60
Hierro (mg)	0,30
Grasa (g)	0,20
Niacina (mg eq. niacina)	0,20
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

toronja dulce. Nombre vulgar de la planta: *Citrus paradisi*.

toronjil. Nombre vulgar de la planta: *Melissa officinalis*.

toronmendra. Bebida fuerte de la costa de Méjico. **Ingredientes:** toronja, aguardiente, almendra, jarabe o miel. Véase: aguas frescas, pulques y bebidas fuertes en la cocina de Méjico.

torpán. Nombre vulgar de la planta: *Artocarpus communis*. Sinónimo: árbol del pan.

Torpedinidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: condríctios. Subclase: elasmobranquios. Orden: rayiformes o batoides. Esta familia comprende las rayas con cuerpo en forma de disco, casi circular, y cola corta y fuerte que empuja las dos aletas dorsales. Esta especie se reconoce por un órgano eléctrico situado a los lados de su cuerpo circular, con el que pueden producir fuertes descargas por contacto. Su alimentación la capturan al inclinarse hacia la presa y causarles una descarga eléctrica, con lo que la presa queda paralizada. Sinónimo rayas temblonas. Consideramos: tembladera (*Torpedo marmorata*), tremielga (*Torpedo torpedo*), tremielga negra (*Torpedo nobiliana*).

torpedínidos. Véase: *Torpedinidae*.

torpedo. Designación oficial española del pez: *Torpedo tremens*. Sinónimo oficial: Tembladera.

torpedo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tembladera; tremielga.

Torpedo californica. Pez. Designación oficial: **tremielga americana.**

torpedo de mármol. Nombre vulgar del pez: *Torpedo marmorata*.

torpedo eléctrico. Designación oficial española del pez: *Torpedo tremens peruana*.

Torpedo galvani. Pez. Designación oficial: **tremielga.**

Torpedo hebetanus. Pez. Designación oficial: **tremielga negra.**

Torpedo imaculata. Pez. Designación oficial: **tembladera**.

Torpedo maculata. Pez. Designación oficial: **tembladera**.

Torpedo marmorata. Familia: torpedínidos. De carne blanda, acuosa e insípida. Nombre vulgar: **tembladera**, raya temblona de mármol, torpedo de mármol. Designación oficial: **tremielga**.

Torpedo narce. Pez. Designación oficial: **tembladera**.

Torpedo narke. Pez. Designación oficial: **tembladera**.

torpedo negro. Nombre vulgar del pez: *Torpedo nobiliana*.

Torpedo nigra. Pez. Designación oficial: **tremielga negra**.

Torpedo nobiliana. Familia: torpedínidos. No presenta interés económico y es raramente capturada por los pescadores. La carne blanda, acuosa e insípida. El suero sanguíneo es tóxico. Nombre vulgar: **tremielga negra**, torpedo negro, raya temblona negra. Designación oficial: **tremielga negra**.

Torpedo occidentalis. Pez. Designación oficial: **tremielga negra**.

Torpedo ocellata. Pez. Designación oficial: **tembladera**.

Torpedo oculata. Pez. Designación oficial: **tembladera**.

Torpedo picta. Pez. Designación oficial: **tremielga**.

Torpedo punctata. Pez. Designación oficial: **tremielga**.

Torpedo torpedo. Familia: torpedínidos. De hasta 60 cm de largo, aparece en el Atlántico oriental y en el Mediterráneo. En el mercado se cotiza a precio mínimo. Nombre vulgar: **tremielga**, raya temblona con man-

chas en forma de ojo. Designación oficial: **tembladera**; **tremielga**.

Torpedo tremens. Pez. Designación oficial: **torpedo**.

Torpedo tremens peruana. Pez. Designación oficial: **torpedo eléctrico**.

torpedo trevally. Nombre vulgar del pez: *Magalaspis cordyla*.

Torpeso trepidans. Pez. Designación oficial: **tremielga**.

Torpeso variegata. Pez. Designación oficial: **tembladera**.

Torpeso vulgaris. Pez. Designación oficial: **tremielga**.

torrallesa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja margarita**.

torrat. Nombre vulgar, valenciano, de garbanzo tostado.

torreón de Humboldt. Designación oficial española del molusco: *Rhinocoryne humboldti*. Sinónimo oficial: Caracol.

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

torrijas. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “postres”. Aunque su presencia es mayoritaria en las mesas castellanas, su consumo se ha extendido por toda España. Un dulce sencillo, pero de un extraordinario sabor.

torrijas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

torrijas al estilo marroquí. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 15 minutos; tiempo de cocción 10 minutos. **Ingredientes**: baguette, huevo, leche, sucedáneo de esencia de vainilla, mantequi-

lla, azúcar, canela, nuez moscada molida.
Véase: postres en la cocina de Marruecos.

torrijas de caracoles con ajo. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “platos con masa”. **Ingredientes:** patata, aceite vegetal, perejil, caracoles, aceite de nuez, mantequilla, ajo. Para la **masa de la torrija:** huevo, harina, cerveza, sal, pimienta. Nombre en Francia: beignets d’escargots aux petales d’auix. Véase: platos con masa en la cocina de Francia.

torrijas del Aljarafe. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

Torró d’Agramunt. Denominación de Calidad (D.C.) de Turrón, Mazapán y Bollería. Ampara la zona de producción y elaboración de turrónes en el término municipal de Agramunt, al W de la provincia de Lérida. Los porcentajes de materias primas utilizadas para la elaboración del turrón están en función de la calidad. La categoría Suprema contiene un 60% de avellana o almendra, 10% de miel, 1% de clara de huevo y azúcares optativos. La categoría Extra se compone de: 46% de avellana o almendra, 10% de miel, 1% de clara de huevo y azúcares optativos. El proceso de elaboración se inicia con la cocción de la miel y, en su caso, los azúcares con clara de huevo. A continuación se incorporan las avellanas o las almendras, ya tostadas o peladas. Se trabaja la pasta para formar tabletas redondas o rectangulares recubiertas de oblea por cada cara principal o bien se coloca en moldes previamente revestidos con obleas, se deja enfriar se corta. Las tablas se comercializan en formatos que van de 30 a 1.000 g y también pueden elaborarse tabletas de peso superior al kilo. Nombre español: Turrón de Agramunt. Véase: turrón, mazapán y bollería de España.

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

Turrónes	
Energía (kJ)	1966,06
Energía (kcal)	470,35
Fósforo (mg)	220,00
Potasio (mg)	209,00
Magnesio (mg)	129,00
Calcio (mg)	127,00
Porción comestible	100,00
Grasa (g)	73,90
Carbohidratos (g)	57,40
Ácido fólico (µg)	48,00
Proteína (g)	10,00
Fibra (g)	7,10
Niacina (mg eq. niacina)	2,60
Hierro (mg)	2,10
Cinc (mg)	0,80
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,33
Tiamina (B ₁) (mg)	0,12
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
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)	
Sodio (mg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

torrontes. Véase: uva torrontes.

torroto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco torroto**.

tort. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bodión verde; bodión; cabrilla; durdo; fre-di; llambrega; merlo; peto; planchita; porredana; tordo de roca; tordo picudo; vaqueta; zorzal.

tort beboso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merlo**.

tort blanch. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallano**.

tort de roca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**.

tort flassadé. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **fredi**.

tort massót. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merlo**.

tort massot. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo**.

tort negre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merlo**.

tort picut. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

tort roqué. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**; **vaqueta**.

tort roquer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bodión**; **porredana**.

tort roquer femella. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**.

tort ruqué. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **vaqueta**.

tort ruquer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **vaqueta**.

tort vert. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merlo**; **tordo**.

torta. Pan popular, típico de Levante y zona aledaña de influencia (Albacete, Cuenca, Jaén). Generalmente se elabora con masa bregada o amacerada y ofrece muchas variantes formales. Véase: panes de España.

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

torta cerceña. Nombre usual de una pieza de pan en Levante y Castilla-La Mancha. Torta pastoril de pan sin levadura. Textura abarquillada, dura y crujiente. Superficie rugosa, dorada irregularmente. Sinónimo: **galiana**. Véase: panes de España.

torta de aceite. Pieza típica de pan elaborada en distintos puntos de la Península. Torta plana de miga esponjosa. Corteza abullonada y aceitada, a veces muy decorada. Véase: panes de España.

Torta de Alma. Producto de pastelería y repostería de Aragón; protegido por la Denominación de Calidad de Productos de Pastelería y Repostería de Aragón. Tiene forma de media luna. La masa se elabora con harina de azúcar, relleno de mermelada de calabaza y miel “alma”.

torta de bellotas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

torta de cacao. Según el Código Alimentario, 3.25.44. Es el producto que resulta después de la separación de la manteca de cacao por presión. * Contendrá, como mínimo, 10% de manteca de cacao y, como máximo, 4% de impurezas (cascarilla, embriones y otros desperdicios del cacao) en materia seca desengrasada. Véase: clasificación de cacao y derivados.

torta de harina integral. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de panes y tortas. Los *chapati* son el pan diario de millones de indios; se cocinan primero en una plancha, luego se sitúan directamente encima del fuego, donde se hinchan con el vapor, hasta casi reventar. Se suele elaborar con harina de trigo, 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. Véanse: denominaciones de pan; panes de India; cocina védica. Nombre hindú: *chapati*.

torta de harina integral. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de panes y tortas. Véase: panes de India. Nombre hindú: *atta dosa*.

torta de horno. Nombre usual de una pieza de pan en Toledo. Pieza dulce derivada de la

"torta" tradicional, con la corteza espolvoreada de azúcar. En Cataluña y Cantabria se elabora con distintas formas y una gran variedad de ingredientes. Véase: panes de España.

torta de sangre. Obtenida a partir de sangre de cerdo, coagulada y cocida. Véase: sangre.

Torta del Casar. Véase: queso torta del Casar.

torta frita. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de panes y tortas. Véase: panes de India. Nombre hindú: *puri*.

torta rellena de patata y especias. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de panes y tortas. Véase: panes de India. Nombre hindú: *alu paratha*.

tortas de aceite. Plato típico de la "Cocina de Sevilla" perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tortas de camarón en revoltijo. Plato de la cocina del Valle de Méjico. **Ingredientes:** manojo de romeritos, nopal, papa, camarón seco, chile ancho, chile mulato, chile pasilla, cebolla, ajo, rebanada de pan blanco, tortilla, huevo. Cacahuete, ajonjolí, clavo, pimienta, canela, chocolate, manteca. Véase: mariscos y pescados en la cocina de Méjico.

tortas de huevo. Plato típico de la "Cocina de Sevilla" perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tortas de polvorón. Plato típico de la "Cocina de Sevilla" perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tortas de verdura. Véase: codornices al horno con tortas de verdura.

tortas finas de dhal fritas. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de entreme-

ses. Los papadams son unas tortitas finas, crujientes, que se secan al sol. Se hacen con harina de dhal. Puede comprarlas hechas en las tiendas de comestibles indios. Todo lo que hay que hacer es freírlos, lo cual es fácil y rápido. **Ingredientes:** papadam; ghee. Véase: cocina védica. Véase: ingredientes de la comida asiática; panes de India. Nombre hindú: *papadam*.

tortas granadinas dietéticas con fructosa.

Alimento para diabéticos, marca Sanavi. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tortas granadinas dietéticas con fructosa Sanavi	
Energía (kJ)	1854,25
Energía (kcal)	143,60
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	47,90
Grasa (g)	22,40
Proteína (g)	12,60
Grasa moninsaturada (g)	10,00
Grasa poliinsaturada (g)	8,20
Grasa saturada (g)	3,80
Colesterol (mg)	0,80
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Fibra (g)	
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)	
-----------	--

tortas o tortillas de Morón. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

tortas trianeras de la abuela Pepa. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

torte di dolcelatte. Véase: queso dolcelatte.

tortelli. Sinónimo: *tortelloni* (en Emilia).

tortellini. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pasta per minestre. Son una especialidad de Boloña. Se hacen con una pasta circular y se sirven con caldo la noche en que se despide el año, o si no, con una salsa de crema.

tortellini italiana congelado comercial. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tortellini italiana Frudesa	
Sodio (mg)	771,20
Energía (kJ)	488,93
Energía (kcal)	116,97
Calcio (mg)	111,40
Potasio (mg)	103,40
Porción comestible	100,00
Fósforo (mg)	94,70
Magnesio (mg)	43,20
Ácido fólico (µg)	43,18
Vitamina A (µg eq. retinol)	15,38
Carbohidratos (g)	14,39
Vitamina B ₁₂ (µg)	11,24
Grasa (g)	5,29
Proteína (g)	3,85
Fibra (g)	2,70
Grasa moninsaturada (g)	2,04
Hierro (mg)	2,00
Grasa saturada (g)	1,81
Grasa poliinsaturada (g)	1,43
Vitamina E (mg)	1,03
Tiamina (B ₁) (mg)	0,59
Cinc (mg)	0,33
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10

Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Azúcares	
Colesterol (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

tortelloni. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pasta per minestre. Estas pastas cuadradas se rellenan, por lo general, con acelga (o espinacas) y ricotta y se sirven con mantequilla y grandes cantidades de queso parmesano, o con salsa de mantequilla y tomate. En Emilia se llama tortelli. Véase: pastas rellenas y condimentadas. Sinónimo: *cappelletti* (de gran tamaño).

tortilla. Para preparar una buena tortilla se necesita, ante todo, una sartén de hierro con el fondo grueso. La tortilla debe ser blanda en lo interior y bien seca por lo exterior; este resultado se obtiene dejando calentar mucho la mantequilla o el aceite (ambos en poca cantidad) Los huevos se baten con una cuchara de madera en un plato, se salan ligeramente y se echan en la sartén extendiéndolos bien por todo el fondo. En cuanto la tortilla se haya consolidado por un lado, se le da la vuelta (de un solo golpe o con la ayuda de una pala o de un plato) y se deja dorar por el otro lado. Todas estas operaciones se efectúan siempre a calor intenso, para permitir que la tortilla se seque bien externamente y se conserve cremosa en lo interior. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “tapas en la cocina del Mediterráneo”. En nada parecida a la *omelette* francesa, la tortilla es una capa gruesa de huevos y patatas, mejor cuando se sirve tibia o fría que directamente salida de la sartén. Ningún bar de tapas está completo sin tortilla, que también es ideal para llevar de merienda.
Ingredientes: Patata, cebolla, aceite de oliva, huevo, sal y pimienta negra. Véase: huevos; cocina del Mediterráneo.

tortilla. Es la base de muchos platos mejicanos (enchiladas, tacos, burritos) e hispanoamericanos. Se trata de una tortita de

pan fina, sin fermentar, en forma de disco, elaborada con harina de maíz. Se puede comer sola, enrollada, como aperitivo o en bocadillos. Se pueden adquirir secas en las tiendas de comestibles. Véase: denominaciones de pan.

tortilla a la francesa. Se distingue de la simple tortilla por su característica forma ovalada. El procedimiento inicial de cocción es el mismo; después de haber hecho dorar bien la mantequilla en la sartén se echan los huevos batidos y salados. En cuanto empiezan a coagularse, se menean como si fueran a hacerse huevos revueltos, pero con mayor delicadeza, para que se coagulen de una manera uniforme. seguidamente se baja la llama y se sacude la sartén para despegar la tortilla del fondo, luego se doblan los dos extremos opuestos hacia el centro y se completa la cocción a llama moderada. Nombre francés: **omelette**. Véase: huevos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tortilla a la francesa (omelette)	
Energía (kJ)	714,78
Vitamina A (µg eq. retinol)	560,00
Colesterol (mg)	350,00
Sodio (mg)	245,00
Fósforo (mg)	220,00
Energía (kcal)	171,00
Potasio (mg)	146,00
Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	80,00
Calcio (mg)	63,00
Proteína bruta (g)	14,60
Magnesio (mg)	13,00
Grasa (g)	12,30
Grasa moninsaturada (g)	5,00
Vitamina D (µg)	5,00
Vitamina E (mg)	4,00
Grasa saturada (g)	3,70
Hierro (mg)	2,00
Grasa poliinsaturada (g)	1,50
Cinc (mg)	1,30

Vitamina B ₁₂ (µg)	1,30
Carbohidratos (g)	0,40
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,35
Niacina (mg eq. niacina)	0,20
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Yodo (mg)	

tortilla a la italiana. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 12 minutos. **Ingredientes:** huevo, tomate, jamón de York, sal, pimienta, perejil picado, cebollino picado, aceite de oliva. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla campera. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora, más reposo. **Ingredientes:** huevo, berenjena, calabacín, pimienta roja, ajo, aceite, tomate, sal, pimienta, leche. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla con alcachofas. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes:** fondos de alcachofa, huevo, perejil picado, sal, pimienta, mantequilla. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla con carne de cerdo y langostinos. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “platos con huevo”. **Ingredientes:** aceite vegetal, carne de cerdo, cebolla, Cayena, caldo de pollo, mejillones, setas, langostinos, menta fresca, albahaca fresca, huevos, salsa de soja para servir. Nombre en Francia: omelette indochinoise. Véase: platos con huevo en la cocina de Francia.

tortilla de angulas. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** huevo, angulas, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

tortilla de arroz. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “arroz”. **Ingredientes:** Arroz blanco cocido, mantequilla, huevo, sal.

tortilla de bacalao. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “huevos, empanadas, pastas, migas y pistos”. Cocina de Vascongadas. Es la sencilla cocina del “pintxo”, la tortilla de bacalao tiene una gran importancia. **Ingredientes:** bacalao, pimientos verdes, ajo, huevos, perejil, pimienta, aceite, sal.

tortilla de bacalao. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** huevo, bacalao, ajo, pimiento verde, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

tortilla de bacalao. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** bacalao desmigado, harina de trigo, ajo, perejil, levadura, sal, agua, aceite de oliva.

tortilla de bonito. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** bonito en escabeche o en aceite, cebolla, huevo, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

tortilla de camarones. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** camarones, cebollas, harina, huevos, perejil, agua.

tortilla de Canarias. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “huevos, empanadas, pastas, migas y pistos”. Cocina de Canarias. **Ingredientes:** huevos, tomates, cebolla, ajo, perejil, estragón, aceite, sal.

tortilla de cebolla. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 30 minutos. **Ingredientes:** huevo, sal, pimienta, perejil, cebolla, mantequilla, albahaca, aceite, agua. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de cebolletas y hierbabuena. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” pertene-

ciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** huevos, cebolletas, hierbabuena, ralladura de limón, aceite de oliva, sal.

tortilla de champiñones. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 20 minutos. **Ingredientes:** huevo, cebolla, sal, mantequilla, tomate, patata cocida, calabacín, pimiento verde, pimienta. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de espaguetis. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 25 minutos. **Ingredientes:** huevo, espaguetis muy finos, tomate maduro, queso rallado, mantequilla, aceite, sal, orégano, pimienta. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de espinacas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 25 minutos. **Ingredientes:** huevo, espinacas congeladas, ajo, aceite, sal, leche. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de habas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 15 minutos. **Ingredientes:** huevo, habas congeladas, ajete, aceite, sal. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de harina. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 30 minutos. **Ingredientes:** huevos, harina, leche, ajo, perejil, aceite, sal, cebolla, tomate. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de harina mejicana. Ingredientes de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** harina, manteca, sal. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

tortilla de harina tipo crêpes. Ingredientes de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** harina, mantequilla, huevo, leche. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

tortilla de huevos económica. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de pre-

paración 10 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes:** zanahoria rallada, pan duro, huevo, cebolla, perejil picado, sal, pimienta, agua o leche. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de huevos simple. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de preparación 5 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes:** huevo, agua, sal, pimienta, mantequilla. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de langostinos. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** langostinos, huevos, ajo, aceite, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

tortilla de las meigas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 50 minutos. **Ingredientes:** huevo, jamón, puré de tomate, cebolla, mantequilla, besamel, perejil, queso rallado, aceite. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de merluza. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** merluza fresca, huevo, aceite. Véase: cocina de Asturias.

tortilla de merluza y cebollinos. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 10 minutos. **Ingredientes:** merluza en rodajas, huevos, briznas de cebollino, limón, harina, mantequilla, sal, pimienta. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de nueces. **Ingredientes:** Huevos, nueces, azúcar, jerez, mantequilla, almibar, pan molido. Véase: cocina de Cantabria.

tortilla de oricios. Plato de la cocina asturiana (Gijón). **Ingredientes:** oricios, huevo, aceite, sal, pimienta. Véase: cocina de Asturias.

tortilla de papas. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** papas, huevo, cebolla, ajo, perejil, chorizo, pimienta morrón, sal, aceite para freír.

tortilla de patatas. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “huevos, empanadas, pastas, migas y pistos”. Cocina de Madrid. Uno de los monumentos de la cocina de España, un plato sencillo y que ha dado la vuelta al mundo. Una auténtica obra de arte. Un plato versátil (como tapa, pintxo, en bocadillo, en el plato) y aceptado por todos, sin excepciones. Se sitúa en Madrid como eje peninsular. **Ingredientes:** huevos, patatas, aceite, sal, cebolla (opcional).

tortilla de patatas. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 12 minutos. **Ingredientes:** patata, huevo, perejil picado, mantequilla, aceite, sal, pimienta. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de patatas en salsa. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** patatas, cebolla, ajo, zanahoria, azafrán, vino blanco, caldo de carne, sal.

tortilla de patatas variada. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** huevos, patatas, atún en conserva, chorizo, pimientos rojos, cebolla, sal.

tortilla de queso. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 20 minutos. **Ingredientes:** huevo, sal, pimienta, queso manchego para rallar, aceite. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de sardinas salonas. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** sardinas salonas, huevo, cebolla, aceite. Véase: cocina de Asturias.

tortilla de torreznos. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** torreznos de tocino, huevo, sal. Véase: cocina de Asturias.

tortilla de tumbas. **Ingredientes:** Tumbas (huevas de pescado, que pueden ser de verde), huevo, queso rallado, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

tortilla de verduras. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 50 minutos. **Ingredientes:** huevo, calabaza, pimiento rojo, mantequilla, aceite, sal, pimienta, Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla de zapallitos. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “verduras en la cocina del Mediterráneo”. Algunos describen la frittata como una versión de la tortilla francesa, pero sin contar con que ambas usan huevos los principios son bastante diferentes y el resultado también **Ingredientes:** Cebolla, aceite de oliva, zapallitos, sal y pimienta negra, huevo, queso parmesano, mantequilla. Nombre italiano: *frittata di zucchini*.

tortilla doblada con champiñones. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 15 minutos. **Ingredientes:** salsa besamel, sal, pimienta, huevo, mantequilla, perejil, cebolla, champiñones, aceite. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla en caldo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** pan, huevos, ajo, perejil, leche. **Para salsa:** cebolla, ajo, rebanada de pan, comino, pimentón.

tortilla en porciones. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 35 minutos. **Ingredientes:** huevo, mantequilla, yogur, leche, sal, cebolla, jamón de York. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla en tecnicolor. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo:

Huevos y frituras. **Ingredientes:** patatas, pimientos verdes, pimientos rojos, zanahorias, cebollas, ajos, perejil, jamón serrano, bonito, tomates, huevo.

tortilla en tostadas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. **Ingredientes:** huevo, rebanada de pan de molde, carne picada, champiñón, vino de Madeira, limón, mantequilla, sal, pimienta, perejil. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla montada. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 10 minutos. **Ingredientes:** huevo, patata, atún en lata, guisante congelado, jamón, salsa de tomate, aceite, sal. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortilla paisana. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “huevos, empanadas, pastas, migas y pistos”. Cocina de Castilla. España es el país de las tortillas. En ninguna otra cocina del mundo se le da tanta y tan rica importancia a los huevos batidos y puestos al fuego. Son infinitas las variedades de tortillas que podemos hallar porque el huevo tiene la virtud de congeniar con cualquier elemento culinario. Esta tortilla paisana es una de las muchas combinaciones que pueden hacerse con los diversos elementos. Al tiempo, uno de los grandes descubrimientos de la gastronomía española son los embutidos, por lo que en ellos (y también en la gran variedad de hortalizas) hallamos infinidad de variaciones para esta sencilla y exquisita tortilla. **Ingredientes:** huevos, espárragos blancos, jamón serrano, chorizo, guisantes, aceite, sal.

tortilla palentina. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** huevos, patata, chorizo, queso blanco, cogollos de alcachofas, tomate, aceite. Véase: huevos en la cocina clásica.

tortilla rellena. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “huevos”. **Ingredientes:** Cebolleta, jengibre, picadillo

de cerdo, huevo, fécula de maíz, aguardiente de arroz, harina, sal, pimienta.

tortilla sacromonte. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “huevos, empanadas, pastas, migas y pistos”. Cocina de Andalucía. **Ingredientes:** huevos, sesos de cordero, criadilla de cordero, pimienta morrón, guisantes, aceite, sal.

tortilla soufflé con atún. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 30 minutos. **Ingredientes:** huevo, atún al natural, queso rallado, nata líquida, sal, pimienta negra molida, mantequilla o aceite. Véase: tortillas y omelettes en la cocina clásica.

tortillas y omelettes en la cocina clásica. Consideramos: Omelette a la suiza; Omelette au jamón; Omelette aux fines herbes; Pastel de jamón y huevo; Tortilla a la italiana; Tortilla campera; Tortilla con alcachofas; Tortilla de cebolla; Tortilla de champiñones; Tortilla de espaguetis; Tortilla de espinacas; Tortilla de habas; Tortilla de harina; Tortilla de huevos económica; Tortilla de huevos simple; Tortilla de merluza y cebollinos; Tortilla de huevos económica; Tortilla de las meigas; Tortilla de queso; Tortilla de verduras; Tortilla en porciones; Tortilla en tostadas; Tortilla montada; Tortilla soufflé con atún; Tortillas con alcachofas; Tortillas de patatas; Tortillas dobladas con champiñones. Véase: huevos en la cocina clásica.

tortilloni mixto. Pasta alimenticia rellena, en forma de flores, con distintos sabores y colores. Véase: pastas rellenas y condimentadas.

tortita de gow gee. De la cocina de Asia. Es redonda y está hecha de masa de harina de trigo con agua. Véase: tortitas.

tortita de los rollitos de primavera. Véase: rollitos de primavera.

tortita de wan tun. De la cocina de Asia. Es un cuadrado fino de masa de harina de trigo con huevo. Véase: tortitas.

tortita seca de papel de arroz. De la cocina de Asia. Es muy fina y se elabora con masa de harina de arroz, agua y sal. Para hacerla maleable, humidézcase con agua antes de utilizarla. Véase: tortitas.

tortitas. De la cocina de Asia. Son delgados trozos de masa que se emplean para envolver sabrosos rellenos. se adquieren frescos y congelados; descongélelos antes de utilizarlos. Rellénelos de uno en uno y mantenga cubiertos los otros con un paño húmedo para evitar que se sequen. Consideramos: tortitas de wan tun, rollitos de primavera, tortitas de gow gee, tortitas seca de papel de arroz.

tórtola común. Nombre vulgar del ave: *Streptopelia turtur*. Familia colúmbidos. Ave mediano tamaño, 28 cm de longitud, y vuelo rápido. Presenta en su plumaje al dorso de color rojizo arenoso, con manchas negras; el pecho y la garganta, rosados, y la cola, oscura, con los bordes claros. Su migración la realiza en ocasiones, en bandas muy numerosas.

tórtola turca. *Streptopella docaecto*. Cola más larga pero más esbelta y grácil. Muestra en su plumaje un tono canela uniforme, más claro en la parte inferior, presentando en la parte posterior del cuello un medio collar negro.

tortolla. Nombre vulgar gallego de la seta: *Tricholoma equestre*.

tortosí. Variedad de uva blanca cultivada en la D.O. Valencia. Véase: uva torrontes.

tortu preñau. Plato de la cocina de Cantabria “Los Tojos” perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. **Ingredientes:** masa

de pan, chorizo, jamón, lomo, tocino.
Véase: cocina de Cantabria

tortullo. Nombre vulgar gallego de la seta:
Tricholoma equestre.

torulitina. Sinónimo: vitamina T.

toscana. Véase: chorizo toscana.

tosco. Véase: vino tosco.

tosta de chorizo. Véase: empanada de chorizo.
Véase: cocina de Cantabria.

tostada. Véase: vino sabor tostada.

tostada rellena. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 20 minutos.
Ingredientes: tostadas d pan, huevo, pan rallado, pasta de croquetas, aceite, leche.
Véase: canapés, empanadas y hojaldres en la cocina clásica.

tostada toscana de hígado de pollo. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “entradas y bocadillos en la cocina del Mediterráneo”. Un bocadillo popular, los crostini son trozos de pan tostados con una pasta salada por encima, en este caso con hígado de pollo. **Ingredientes:** Hígado de pollo, mantequilla, aceite de oliva, ajo, habas de salvia frescas, sal y pimienta negra, jugo de limón, hogaza de chiabatta, perejil fresco. Nombre italiano: *crostini di fegato*.

tostadas con tomate y mozzarella. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 20 minutos; tiempo de cocción 5 minutos. **Ingredientes:** tomates, mozzarella, cebolla roja, rebanadas de pan, aceite de oliva, vinagre balsámico, albahaca.
Véase: cocina fresca en la cocina clásica.

tostadas sin gluten (Noglut). Véase: alimentos sin gluten. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

<p>Tostadas sin gluten (Noglut) Santiveri</p>
--

Energía (kJ)	1621,84
Potasio (mg)	550,00
Energía (kcal)	388,00
Fósforo (mg)	230,00
Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	86,25
Carbohidratos (g)	84,60
Magnesio (mg)	80,75
Calcio (mg)	61,50
Yodo (mg)	20,00
Proteína (g)	9,00
Niacina (mg eq. niacina)	4,02
Sodio (mg)	3,68
Hierro (mg)	2,70
Grasa (g)	1,50
Cinc (mg)	1,38
Piridoxina (B ₆) (mg)	1,12
Vitamina E (mg)	0,70
Tiamina (B ₁) (mg)	0,34
Fibra (g)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
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 A (µg eq. retinol)	

tostón. Otro nombre de la pieza de pan: regañá.
Véase: panes de España.

tostón. Cochinillo asado.

tostón. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 3 horas. **Ingredientes:** lechón de 4 semanas o menos, manteca de cerdo, zumo de limón, aceite, sal. Véase: cerdo en la cocina clásica.

tostón sevillano. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** pan, aceite, ajo, sardina, aceitunas.

toštu. Plato de la cocina asturiana. Es una pequeña torta, preparada con harina de maíz, agua y sal. Se puede freír en sartén o ponerla a cocer en las cenizas del llar o sobre

la plancha de la cocina. **Ingredientes:** harina de maíz, agua caliente, sal. Véase: cocina de Asturias.

totana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: águila marina; escursana; pastinaca.

totina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: águila marina; escursana; pastinaca.

totoava. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata totoaba**.

totoblo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pejerrey cabezón; pejerrey tinicalo.

touciño de freba. Otra especialidad gallega de derivado cárnico. Ventresca o tocino entreverado (bacón) Véase: derivados cárnicos de Galicia.

toulouse. Véase: ganso de Toulouse.

touriga nacional. Véase: uva touriga nacional.

tourin de catalonia. Plato integrante de la cocina de las sopas (España). Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 40 minutos. **Ingredientes:** cebolla, jamón, caldo de carne, apio, huevo, vino blanco seco, vinagre, sal, pimienta, canela, tomillo, laurel, aceite. Véase: sopas internacionales.

tournedós con queso de cabra y piñones. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “carne”. **Ingredientes:** filete, queso de cabra, yema. Para la **salsa:** cebollita, mantequilla, vino tinto, madeira, caldo de ternera, sal, pimienta, piñones, atado de cebollino. Para la **guarnición:** setas, cebollita, mantequilla, chaucha, zanahoria. Para las **croûtes:** rebanada de pan blando, aceite de oliva, ajo. Nombre en Francia: tournedos montagnarde. Véase: carne en la cocina de Francia.

tournedós montagnarde. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de

“carne”. Nombre español: tournedós con queso de cabra y piñones. Véase: carne en la cocina de Francia.

tournedós rusos. Como para el pastel de carne más tocino para envolver el rollo. **Carne:** vacuno, cerdo o mezcla. Preferible vacuno 70-80% y cerdo 30-20% de carne magra. **Aderezo:** sal fina (500g), ácido ascórbico (25 g), pimienta blanca molida (100g), nuez moscada molida (25g), glutamato monosódico (25g), harina de arroz (250g) Se usa de 18 a 20 g por kg de carne picada. **Ingredientes:** pimienta blanca molida, ajo liofilizado, avellanas molidas, Jerez seco. Véase: productos cárnicos de diferentes animales.

tourte julia. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “platos con masa”. Nombre español: **pastel de gallina de Guinea, cerdo, repollo y oporto.** Véase: platos con masa en la cocina de Francia.

toxicidad. Grado de virulencia o veneno. Dosis mortal mínima o cantidad menor de una sustancia capaz de matar inmediatamente a un animal de 1 kg. Según el Código Alimentario, 5.37.11. Se denomina **DL₅₀ (dosis letal media)**, la cantidad de plaguicida puro o técnico, en miligramos por kilogramo de peso vivo del animal de que se trata, necesario para producir la muerte de la mitad del número de animales sobre los que se ensaya. Se denomina **TL** a la concentración de producto en la atmósfera, a partir de la cual hay riesgo para las personas. Se expresará para productos gaseosos en partes por millón, y para los que están en forma de partículas ligeras, en miligramos por metro cúbico. Véase: parasitocidas; setas venenosas; ingestión diaria admisible.

traba magellánica. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **nototenia**.

Tracynous ovatus. Pez. Designación oficial: **palometa blanca**.

Trachichthyidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Superorden: teleósteos. Orden: bericiformes. Suborden: bericoides. Tienen el cuerpo similar al de la perca, ligeramente aplanado en la zona superior de la zona dorsal y en los laterales. Por lo general son peces que habitan en las profundidades y que prefieren las zonas cálidas de todos los mares. Sinónimo: peces con vientre de sierra; **traquíctidos**. Consideramos: vientre de sierra (*Hoplostethus atlanticus*).

Trachichthys pretiosus. Pez. Designación oficial: **reloj**.

Trachichthys speciosus. Pez. Designación oficial: **reloj**.

Trachidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: condríctios. Subclase: elasmobranchios. Orden: escualiformes. Son típicos habitantes de la costa, con cuerpos alargados y estrechos, y boca puntiaguda. Nombre vulgar: **tráquidos**. Consideramos: caella (*Mustelus asterias*), musola (*Mustelus mustelus*), musola punteada (*Mustelus punctulatus*).

Trachinidae. 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: traquinoideos. Son peces de fondo con el cuerpo alargado y aplanado lateralmente. Sus ojos se encuentran en la parte superior de la cabeza, la boca está torcida y dirigida hacia arriba. Los radios espinosos (de 5 a 7) de la 1ª dorsal y el agujón del opérculo constituyen canales en comunicación con glándulas venenosas existentes en su base, con los que paraliza los nervios de sus presas. Estas duras espinas

venenosas pueden infligir crueles heridas, particularmente dolorosas; aunque el veneno no suele ser directamente mortal puede originar, además, infecciones y complicaciones graves. Las heridas han de ser cubiertas rápidamente y deben mantenerse muy calientes durante hora y media, ya que el veneno pierde su efecto con el calor. Nombre vulgar: **traquínidos**, peces escorpión, peces araña. Consideramos: escorpión (*Echiichthys vipera*), araña blanca (*Trachinus draco*), araña (*Trachinus araneus*), víbora (*Trachinus radiatus*), salvariego (*Trachinus vipera*)

trachínidos. Véase: *Trachinidae*. Sinónimo: traquínidos.

Trachinocephalus limbatus. Pez. Designación oficial: **lagarto azul**.

Trachinocephalus myops. Pez. Designación oficial: **lagarto azul**.

Trachinoides maroccanus. Pez. Designación oficial: **merluza**.

Trachinotus carolinus. Pez. Designación oficial: **pámpano amarillo**.

Trachinotus cayennensis. Pez. Designación oficial: **pámpano zapatero**.

Trachinotus cuveri. Pez. Designación oficial: **mero pámpano**.

Trachinotus falcatus. Pez. Designación oficial: **pámpano palometa**.

Trachinotus fasciatus. Pez. Designación oficial: **pámpano fino**.

Trachinotus glaucus. Pez. Designación oficial: **pámpano listado**.

Trachinotus goodei. Pez. Designación oficial: **pámpano listado**.

Trachinotus goreensis. Pez. Designación oficial: **mero pámpano**.

Trachinotus kennedyi. Pez. Designación oficial: **mero pámpano**.

Trachinotus marginatus. Pez. Designación oficial: **pámpano sureño**.

Trachinotus ovatus. Pez. Designación oficial: **pámpano pata de mula**.

Trachinotus paitensis. Pez. Designación oficial: **pámpano paloma**.

Trachinotus paloma. Pez. Designación oficial: **pámpano paloma**.

Trachinotus rhodopus. Pez. Designación oficial: **pámpano fino**.

Trachinotus rhomboides. Pez. Designación oficial: **pámpano palometa**.

Trachinotus stilbe. Pez. Designación oficial: **pámpano acerado**.

Trachinus araneus. Familia: traquínidos. Presenta 1-2 espinas en el extremo anterior del arco superciliar y el espacio interorbitario casiliso, ligeramente hundido, e igual o algo más ancho que el diámetro ocular. Boca hendida casi verticalmente. Primera dorsal con 7 radios. Color pardo grisáceo o amarillento más oscuro en el dorso y pasando a azulado en toda la superficie abdominal; moteado pardo oscuro en el dorso; serie longitudinal de 6 a 10 manchas negruzcas inmediatamente por debajo de la línea lateral, de tamaño aproximadamente igual al de los ojos; caudal bordeado de negro. Talla hasta 40 cm. Habita en el Mediterráneo y en zonas cálidas del Atlántico oriental. Escaso. Se dice que ataca al ser molestada. Nombre vulgar: **araña**. Designación oficial: **araña**.

Trachinus draco. Familia: traquínidos. Cuerpo relativamente más largo que el de las otras especies del género, ya que su altura máxima está contenida 6-7 veces en la longitud total. Cabeza relativamente pequeña. Diámetro de los ojos superior a la longitud preorbitaria y casi doble que la superficie interorbitaria, que es muy estrecha y ligera-

mente cóncava, 2 espinas sobre la órbita y otra, igualmente pequeña, encima del labio superior, un poco por delante del ojo. Aparece en el Atlántico nororiental. Se alimenta de quisquillas, gambas y pequeños peces que acecha enterrándose en la arena. Longitud media 20 a 30 cm; máxima 40 cm. Se encuentra en el Atlántico y Mediterráneo. El pez araña blanca carece de interés económico, pero a veces es criado en acuario. Nombre vulgar: araña blanca, **peje araña**, pez araña grande, pez escorpión, racazo. Designación oficial: **escorpión**.

Trachinus lineatus. Pez. Designación oficial: araña; escorpión.

Trachinus radiatus. Familia: traquínidos. Cuerpo menos esbelto que el de la araña blanca, con una altura contenida unas 5 veces en la longitud total. Encima del arco orbital hay 2 a 3 espinas pequeñas, pero bien visibles. La 1ª aleta dorsal con 6 radios espinosos. Talla hasta 40 cm. Aparece en el Atlántico oriental desde el golfo de Guinea hasta Portugal y en el Mediterráneo. Nombre vulgar: **víbora**, araña de cabeza negra. Designación oficial: **víbora**.

Trachinus vainus. Pez. Designación oficial: **víbora**.

Trachinus vipera. Familia: traquínidos. El cuerpo de esta especie presenta una morfología similar a la del pez araña grande (*Trachinus draco*), pero es más corto y robusto, sus aletas pectorales son más alargadas y carece de espinas supraorbitales. La primera dorsal es casi negra en ambas especies, pero su forma es diferente y los radios no tienen la misma longitud. La caudal está bordada de negro. * Al contrario de las otras especies, *Trachinus vipera* pasa todo su tiempo enterrada en la arena de los altos fondos, donde a menudo provoca graves lesiones ya que también posee glándulas venenosas en la base de la pri-

mera dorsal y de las espinas operculares. Sus secreciones son particularmente virulentas: *Trachinus vipera* es uno de los peces más **venenosos** que se conocen, y según ciertos autores, es el pez europeo más peligroso por su veneno. En caso de herida se aconseja practicar una incisión sobre ella, hacer correr la sangre y consultar rápidamente con un médico. Es de color pardo amarillento y con pequeños puntos oscuros sobre la cabeza y la zona dorsal. Longitud: 8-15 cm, máximo 20 cm. Peso: hasta 300 g. Nombre vulgar: **salvariego**, pez araña pequeño. Designación oficial: **salvariego**.

Trachipterus iris. Pez. Designación oficial: **flamba**.

Trachurops crumenophthalmus. Pez. Designación oficial: **chicharro ojón**.

Trachurus aliciolus. Pez. Designación oficial: **seriola**.

Trachurus australis. Pez. Designación oficial: **chicharro garretón**.

Trachurus binghami. Pez. Designación oficial: **chicharro garretón**.

Trachurus cuvieri. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus declivis. Pez. Designación oficial: **jurel del Indo-Pacífico**.

Trachurus europeus. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus fallax. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus furnestini. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus imperialis. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus japonicus. Pez. Designación oficial: **jurel nipón**.

Trachurus lathamii. Pez. Designación oficial: **chicharro garretón**.

Trachurus lineatus. Pez. Designación oficial: **víbora**.

Trachurus linnaei. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus mccullochi. Pez. Designación oficial: **jurel del Indo-Pacífico**.

Trachurus mediterraneus. Familia: carángidos. Especie común en el Mediterráneo y escasa en el Atlántico, que se distingue por tener el cuerpo más ancho, menos comprimido lateralmente, y porque los escudos de la línea lateral son menos visibles, particularmente los de la rama curva, debido a la gran transparencia de los mismos. Nombre vulgar: **chicharro**. jurel mediterráneo.

Trachurus mediterraneus mediterraneus. Pez. Designación oficial: **jurel mediterráneo**.

Trachurus melanostomus. Pez. Designación oficial: **chicharro**.

Trachurus murphyi. Pez. Designación oficial: **jurel del Pacífico sur**.

Trachurus novaezelandiae. Familia: carángidos. Se trata de la misma forma que el jurel común al cual se parece mucho en su aspecto externo. Alcanza los 40 cm de largo y 1 kg de peso. Su carne, es oscura, pero al cocerla se vuelve clara. Nombre vulgar: **jurel de Nueva Zelanda**. Designación oficial: **jurel del Indo-Pacífico**.

Trachurus picturatus. Familia: carángidos. Muy parecido al *Trachurus trachurus*, pero con el cuerpo más cilíndrico y alargado y con los últimos radios de las aletas 2ª dorsal y anal un poco más largos y fuertes que los precedentes. Su coloración es azul oscura, con una tenue mancha negra sobre el opérculo y aletas rosáceas. Habita en el Atlántico y en el Mediterráneo, aunque es poco común

en ambos. Nombre vulgar: **jurel**, chicharro.
Designación oficial: **chicharro**.

Trachurus picturatus australis. Pez. Designación oficial: **chicharro garretón**.

Trachurus saurus. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus symmetricus. Pez. Designación oficial: **chicharro ojotón**.

Trachurus symmetricus murphyi. Pez. Designación oficial: **jurel del Pacífico sur**.

Trachurus symmetricus symmetricus. Pez. Designación oficial: **chicharro ojotón**.

Trachurus trachurus lacerta. Pez. Designación oficial: **jurel mediterráneo**.

Trachurus trachurus. Familia: carángidos. De cuerpo alargado, boca pequeña con apertura ancha, dos aletas dorsales. Verde azulado por el lomo de un brillo plateado hacia el vientre blanco rojizo. Longitud máxima 40 cm. Se alimenta de cangrejos, calamares y pequeños peces migratorios. En España y Portugal se capturan anualmente 110.000 toneladas. En Angola y Sudáfrica 140.000 toneladas. Los peces capturados en otoño son muy ricos en grasa. Carne sabrosa se consume fresca y también, en España y Portugal se utilizan para conservas, junto con las sardinas. Nombre vulgar: **chicharro**. Sinónimo: *Scomber trachurus*, *Caranx trachurus*. Según el Código Alimentario, 3.12.02. Pescado teleósteo, carangiforme. *Trachurus*. También; chicharro. 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 esta especie en el Atlántico es de 15 cm y en el Mediterráneo de 12 cm. Según el Reglamento CE 2406/96 del Consejo, de 26 de Noviembre de 1996, por el que se establecen normas comunes de comercia-

lización para determinados productos pesqueros. El calibrado de los productos se basa en su peso o en su número por kilogramo, o en ambas. La talla comercial de esta especie es de 20 g/unidad. Designación oficial: **jurel**.

Trachurus trachurus mccullochi. Pez. Designación oficial: **jurel del Indo-Pacífico**.

Trachurus trachurus mediterraneus. Pez. Designación oficial: **jurel mediterráneo**.

Trachycardium consors. Designación oficial: **berberecho consorte**.

Trachycardium muricatum. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho amarillo**.

Trachycardium procerum. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho piconudo**.

Trachycardium quadragenarium. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho espinoso**.

Trachychthys mento. Pez. Designación oficial: **guadaña común**.

Trachynotus carolinus. Familia: carángidos. Fácil de reconocer por su boca corta y roma. Su cuerpo, ovalado, es rechoncho. Es uno de los pocos peces que adquieren una coloración más intensa cuando están fuera del agua; el dorso, plateado y gris azulado, se vuelve de un verde azulado oscuro; los lados son de un blanco plateado. Aparece en zonas templadas y cálidas del Atlántico occidental, desde Massachusetts hasta Brasil. Habita sobre fondos arenosos en grandes bancos. Se alimenta de crustáceos y animales blandos. Nombre vulgar: **palometa de Florida**.

Trachynotus glaucus. Familia: carángidos. Cuerpo fusiforme, alto y muy comprimido.

Cabeza pequeña, con dientes en varias filas, muy finos y agrupados; los maxilares apenas llegan a la vertical del borde anterior del ojo. Color gris azulado metálico en el dorso; flancos nacarados, con 3-4 manchas negruzcas en serie longitudinal, sobre el borde superior de la línea lateral, que es casi recta; vientre blanco con reflejos amarillos; los 2 ápices de los lóbulos anteriores de la 2ª dorsal y de la anal son negros, igual que los extremos o puntas de los lóbulos caudales. Talla hasta 50 cm. Peso hasta 4 kg. Atlántico y Mediterráneo. Común. Carne apreciada, aunque escasa. Nombre vulgar: **palometa**, palomita, palometa blanca, Designación oficial: **palometa blanca**.

Trachynotus ovatus Familia: carángidos. Su cuerpo ovalado, con la espalda alta, es azulado o gris plata. Los laterales y el vientre son plateados con reflejos rosados. Posee de 4 a 6 manchas oscuras a lo largo de la línea lateral. Aparece en el Atlántico oriental, desde la costa de Senegal hasta Vizcaya y también en el Mediterráneo. Longitud de hasta 50 cm. Es un pescado de mesa muy apreciado y delicado. Nombre vulgar y designación oficial: **palometa blanca**.

Trachynotus paitensis. Familia: carángidos. Muy parecida en su aspecto y comportamiento a la palometa de Florida de la zona del Pacífico. Aparece desde el Sur de California Hasta Perú y es un excelente pescado de mesa. Nombre vulgar: **palometa pompano**.

Trachypenaeus brevisuturæ. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón tigre**.

Trachypenaeus byrdi. Crustáceo. Designación oficial: **camarón carabali**.

Trachypenaeus constrictus. Crustáceo. Designación oficial: **camarón fijador**.

Trachypenaeus faoe. Crustáceo. Designación oficial: **camarón fijador indio**.

Trachypenaeus fuscina. Crustáceo. Designación oficial: **camarón pinto**.

Trachypenaeus pacificus. Crustáceo. Designación oficial: **camarón cebra**.

Trachypenaeus similis. Crustáceo. Designación oficial: **camarón fijador amarillo**.

Trachypterus articus. Pez. Designación oficial: **traquiptero ártico**.

Trachypterus bogmarus. Pez. Designación oficial: **traquiptero ártico**.

Trachypterus bonelli. Pez. Designación oficial: **cardenal**.

Trachypterus cristatus. Pez. Designación oficial: **cardenal**.

Trachypterus fallax. Pez. Designación oficial: **lista**.

Trachypterus iris. Pez. Designación oficial: **lista**.

Trachypterus leiopterus. Pez. Designación oficial: **lista**.

Trachypterus repandus. Pez. Designación oficial: **cardenal**.

Trachypterus spinolae. Pez. Designación oficial: **lista**.

Trachypterus taenia. Pez. Designación oficial: **lista**.

Trachypterus trachypterus. Pez. Designación oficial: **lista**.

Trachyrhynchus hololepis. Pez. Designación oficial: **granadero armado**.

Trachyrhynchus scabrus. Pez. Designación oficial: **abambolo de cantil**.

Trachyrinchus villegai (pequeño). Pez. Designación oficial: **granadero villa**.

Trachyspermum ammi; Véase; *Carum ajowan*.

Tracypterus rondeletti. Pez. Designación oficial: **lista**.

tragedy. Véase: ciruela tragedy.

Tragopogon porrifolius. Familia: compuestas.

Planta herbácea bienal, de unos 60 cm de altura, con tallo hueco y lampiño, hojas rectas, planas, estrechas, alternas y envainadoras; flores terminales de corola purpúrea; raíz fusiforme, blanca, tierna y comestible. Verdura de raíz poco conocida cuyo sabor suave y azucarado se compara con el de las ostras, los espárragos o las alcachofas. Se encuentra en dos variedades, blanca y negra. El de piel blanca se conoce en Gran Bretaña como "oyster plant" (planta ostra), debido a su brillo y a su delicado sabor parecido al de la ostra, una vez cocido. La raíz de piel negra, muy parecida a la de piel blanca, recibe el nombre de escorzonera (*Scorzonera hispanica*) Las dos variedades se pueden hervir o saltar. La piel se aparta fácilmente una vez cocidas. Véase: raíces. Nombre vulgar: barba de cabra; **salsifí**; salsifí blanco. Según el Código Alimentario, 3.21.10. Es la raíz de la planta *Tragopogon porrifolius*, L. Véase: productos hortícolas. Se consume cruda, en ensalada y frita o guisada de manera diversa. Como la escorzonera, tiene una importante trama celulósica que la hace recomendable a los que padecen estreñimiento. De escaso valor nutritivo, pues sólo proporciona 18 kcal por cada 100 g es muy indicado en los regímenes de adelgazamiento. En la tabla, su composición porcentual.

Composición	%
Agua	92,5
Hidratos de carbono	5,2
Proteínas	1,9
Grasas	0,0
Ninerales	0,4
Sodio	0,008
Potasio	0,183
Magnesio	0,014

Azfre	0,025
Cloro	0,046
Calcio	0,085
Fósforo	0,046
Hierro	0,00111
Cobre	0,00012
Vitamina C	0,015
Vitamina B ₁	0,0001
Vitamina B ₂	0,00005

trama. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: nototenia canina; nototenia coluda; nototenia cornuda; nototenia escamuda; nototenia fina; nototenia jordán; nototenia mocha; nototenia ouchounaya; nototenia siouna.

trama común. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **nototenia**.

tramana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rodaballo**.

trambollito. Designación oficial española del pez: *Blenniulus brevipinnis*; *Homestes caulopus*; *Hypsoblennius sordidus*; *Scartella brevipinnis*.

trambollito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tomoyo verde**.

trambollito cachudito. Designación oficial española del pez: *Ophioblennius xiphodon*. Sinónimo oficial: Cachudito; Torito.

trambollito curiche. Designación oficial española del pez: *Hypsoblennius paytensis*. Sinónimo oficial: Curiche.

trambollito mazorquino. Designación oficial española del pez: *Ophioblennius mazorkae*.

trambollo. Designación oficial española del pez: *Auchenionchus chalaco*; *Auchenionchus crinitus*. Sinónimo oficial: Trambollo del norte.

trambollo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chalaco; chalapo; tomoyo; trambollo bocón; trambollo curiche; trambollo moteado; trambollo vieja.

trambollo alargado. Designación oficial española del pez: *Emblemaria bicirrus*; *Emblemaria hudsoni*; *Emblemaria tortugae*.

trambollo bocón. Designación oficial española del pez: *Labrisomus xanti*. Sinónimo oficial: Trambollo.

trambollo común. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tomoyo**.

trambollo con escamas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chalaco; tomoyo; trambollo curiche.

trambollo curiche. Designación oficial española del pez: *Labrisomus multiporosus*. Sinónimo oficial: Chalaco; Chalapo; Curiche; Trambollo; Trambollo con escamas; Trambollo poroso.

trambollo de Nueva Zelanda. Designación oficial española del pez: *Pseudolabrus miles*.

trambollo de Philipi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chalapo**.

trambollo del norte. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trambollo**.

trambollo margarita. Designación oficial española del pez: *Malacoctenus margaritae*.

trambollo moteado. Designación oficial española del pez: *Labrisomus afuerae*; *Malacoctenus afuerae multipunctatus*; *Malacoctenus tetranemus*. Sinónimo oficial: Chalapo; Trambollo.

trambollo poroso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trambollo curiche**.

trambollo vieja. Designación oficial española del pez: *Calliclinus geniguttatus*; *Clinus elegans*; *Clinus guttulatus*; *Labrisomus*

conventry; *Pennaclinus racemarius*. Sinónimo oficial: Tomoyo; Trambollo; Vieja.

***Trametes betulina*.** Familia: poliporáceas. Género: trametes. Características: Semejantes a Lenzites con poros en forma de láminas. Superficie del sombrero tomentosa. Seta de carne dura, algodónosa o corchosa, muy elástica y sin olor ni sabor particulares. No es apta para el consumo. En vascuence: **ardagai mehe**. Sinónimo: *Lenzites betulina*.

***Trametes cinnabarina*.** Familia: poliporáceas. Género: trametes. Características: Clásicos Trametes con poros medianos o grandes. Superficie del sombrero lampiña, hispida o hirsuta. Sub-características: Carne roja. Poros y conjunto rojo cinabrio. La carne es blanda y esponjosa, pero luego se hace suberosa. Su color rojo bermellón o cinabrio es más claro que el resto del carpóforo. No es comestible. Nombre vulgar: **yesquero bermellón**. En vascuence: **ardagai gorri**. Sinónimo: *Picnoporus cinnabarinus*.

***Trametes gallica*.** Otro nombre de la seta: *Coriolopsis gallica*.

***Trametes gibbosa*.** Familia: poliporáceas. Género: trametes. Características: Clásicos Trametes con poros medianos o grandes. Superficie del sombrero lampiña, hispida o hirsuta. Sub-características: Carne blanca. Sombrero blanquecino o blanco verdoso y tomentoso. Carne compacta de consistencia del corcho, es blanca, tiene olor fúngico agradable y sabor dulce. No es comestible y suele ser a menudo atacada por larvas de insectos. Nombre vulgar: **yesquero blanco**. En catalán: **bolet de soca**. En vascuence: **ardagai kokordun**.

***Trametes hirsuta*.** Familia: poliporáceas. Género trametes. Seta no comestible; se puede confundir con el *Trametes pubescens*, pero a diferencia de éste, la *Trametes hirsuta* es mucho más blanco, y sobre todo se identifica bien por sus pelos erectos dispuestos en bandas concéntricas sobre el sombrero. Nombre vulgar: políporo peludo, yesquero peludo. En catalán: **bolet de cosa**

blanc pelut. En vascuence: **larruki ilelatz.**
Sinónimo: *Coriolus hirsutus*.

Trametes hispida. Familia: poliporáceas. Género: trametes. Características: Clásicos Trametes con poros medianos o grandes. Superficie del sombrero lampiña, hísida o hirsuta. Sub-características: Carne marrón oscuro. Sombrero marrón grisáceo con la superficie hísida con pelos marrón leonados. La carne es coriácea, de color canela a marrón oliva. No es comestible.

Trametes odorata. Familia: poliporáceas. Género: trametes. Características: Clásicos Trametes con poros medianos o grandes. Superficie del sombrero lampiña, hísida o hirsuta. Sub-características: Carne leonada o canela. Sombrero marrón leonado. Olor fuerte a licor anisado fermentado. Sinónimo: *Osmoporus odoratus*.

Trametes quercina. Familia: poliporáceas. Otro nombre de la seta: *Daedalea quercina*.

Trametes rubescens. Familia: poliporáceas. Género: trametes. Características: Clásicos Trametes con poros medianos o grandes. Superficie del sombrero lampiña, hísida o hirsuta. Sub-características: Carne blanquecina algo encarnada. Sombrero rojizo ferruginoso, pruinoso y con zonas blancas, rosas y rojizas. Seta sin interés comestible por su consistencia dura. Aunque se podría confundir con la *Trametes versicolor*, se distingue de ésta por presentar un sombrero apenas zonado y de un solo tono, y por la mayor consistencia y grosor de su carne. Nombre vulgar: **políporo rubescente**. En vascuence: **ardagai gorrikor**. Sinónimo: *Daedaleopsis confragosa*.

Trametes trogii. Familia: poliporáceas. Género: trametes. Características: Clásicos Trametes con poros medianos o grandes. Superficie del sombrero lampiña, hísida o hirsuta. Sub-características: Carne crema

pálida. Sombrero marrón grisáceo con duros pelos erizados de color rojizo. Carne suberosa, fobrosa y dura, de color blanco crema. No es comestible. Sinónimo: *Funtaria trogii*.

Trametes versicolor. Otro nombre de la seta: *Coriolus versicolor*.

trampeté. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pito real**.

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

trancanil. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometa cometrapo**.

tranco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: alacha; espadín; sábalo.

tranchu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sábalo**.

tranga bakka. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón gallo**.

transporte de alimentos. Según el Código Alimentario, 2.06.05. Se entiende por transporte las operaciones que comprenden el traslado de los alimentos y los medios necesarios para conseguirlo Véase: almacenamiento y transporte de alimentos. Véase: prohibiciones de almacenamiento y transporte de alimentos.

transporte de aves. Según el Código Alimentario, 3.11.09. Las aves sacrificadas y envasadas, en la forma que establece este capítulo serán transportadas colocándolas en cajas de madera seca y no resinosa, o de papel impermeable por sus dos caras, o de cualquier otro de los materiales autorizados en el Capítulo IV de este Código (Condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado.

Envasado). Cada embalaje irá tapizado interiormente con una película y hoja de papel impermeable, adecuado desde el punto de vista sanitario, suficientemente amplia para ser doblada sobre los envases conteniendo aves, después de lleno aquél. * Los vehículos para el transporte cumplirán las condiciones señaladas en el capítulo X de este Código (Carnes y derivados) para el de carnes frescas, refrigeradas o congeladas, según la clase de carne de aves que se intente transportar, siendo obligatoria la refrigeración o congelación previa al transporte fuera de la localidad de sacrificio. * Lo despojos externos e internos serán considerados carne de ave en cuanto a condiciones e su transporte. Véase: aves.

transporte de cacao. Véase: almacenamiento y transporte de cacao y derivados.

transporte de café. Véase: almacenamiento y transporte de café y derivados.

transporte de canales. Véase: transporte de carnes.

transporte de carne de équidos. Véase: transporte de carnes.

transporte de carne de lidia. Según el Código Alimentario, 3.10.16. Las carnes de lidia serán consumidas en el término municipal donde fueron sacrificadas las reses, excepto en los casos que expresamente autoricen las autoridades sanitarias, cumpliéndose entonces, y para su transporte, las condiciones señaladas para las carnes refrigeradas. Véase: transporte de carnes.

transporte de carne equina. Según el Código Alimentario, 3.10.16. Las carnes de équidos serán transportadas en vehículos dedicados a esta finalidad, ostentando el letrero de "Transporte de carnes de équidos". Serán de consumo local igual que las de lidia. Véase: transporte de carnes.

transporte de carne fresca. Según el Código Alimentario, 3.10.16. El transporte de las carnes frescas se efectuará en vehículos ce-

rrados, protegidos convenientemente a la temperatura ambiente y recubiertos en su interior de materiales impermeables de fácil desinfección. Las canales, medias canales o cuartos de canal se transportarán de forma que no tengan contacto entre sí ni con los suelos y paredes del vehículo. Véase: Transporte de varnes.

transporte de carnes refrigeradas. Según el Código Alimentario, 3.10.16. El transporte de las carnes refrigeradas y congeladas, serán recubiertas en el matadero de procedencia por telas blancas y limpias, de único uso, protegidas por arpillera o materias similares. El vehículo en que se efectúa el traslado, además de las condiciones indicadas para los de las carnes frescas, será isoterma en las refrigeradas, de forma que en el interior de la masa muscular no aumente la temperatura más de dos grados centígrados al llegar a su destino. Las carnes congeladas, serán transportadas en vehículos frigoríficos con temperatura interior constante no superior a -18 °C, garantizándose que en el interior de la masa muscular no aumente la temperatura más de dos grados centígrados hasta la llegada al almacén frigorífico receptor. Véase: transporte de carne.

transporte de carne troceada. Según el Código Alimentario, 3.10.16. Las carnes troceadas serán envasadas en recipientes contruidos con materiales autorizados. Cada embalaje irá tapizado interiormente con una hoja o película de papel impermeable idóneo desde el punto de vista sanitario, suficientemente amplia para ser doblada sobre los trozos después de lleno aquél. Los vehículos para el transporte de estas carnes reunirán las condiciones señaladas para el de las refrigeradas. Véase: transporte de carnes.

transporte de carnes. Según el Código Alimentario, 3.10.16. El transporte de las carnes frescas se efectuará en vehículos cerrados, protegidos convenientemente a la temperatura ambiente y recubiertos en su interior de materiales impermeables de fácil desinfección.* Las canales, medias canales o cuartos de canal se transportarán de forma

que no tengan contacto entre sí ni con los suelos y paredes del vehículo. * Las carnes refrigeradas y congeladas, marcadas en la forma que se indica en el 3.10.07 (Mercado de carnes), serán recubiertas en el matadero de procedencia por telas blancas y limpias, de único uso, protegida por arpillera o materias similares. el vehículo en que se efectúe el traslado, además de las condiciones indicadas para los de las carnes frescas, será isotermo en las refrigeradas, de forma que en el interior de la masa muscular no aumente la temperatura más de 2 °C al llegar a su destino. Las carnes congeladas serán transportadas en vehículos frigoríficos con temperatura interior constante no superior a -18 °C, garantizándose que en el interior de la masa muscular no aumente la temperatura más de 2 °C hasta la llegada al almacén frigorífico receptor. * Las carnes troceadas serán envasadas en recipientes contruidos con materiales autorizados en el capítulo IV de este Código (Condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado) Cada embalaje irá tapizado interiormente con una hoja o película de papel impermeable idóneo desde el punto de vista sanitario, suficientemente amplia para ser doblada sobre los trozos después de lleno aquél. Los vehículos para el transporte de estas carnes reunirán las condiciones señaladas para el de las refrigeradas. * Los despojos irán contenidos en cajas o vasijas impermeables, cerradas herméticamente, y dentro de la localidad se transportarán en vehículos análogos a los de las carnes frescas. Par su transporte fuera de ella será preciso refrigerarlos, congelarlos o sancocharlos previamente, según la distancia y comunicaciones del punto de destino, empleando en su traslado vehículos frigoríficos o isotermos. * Las "carne de lidia" será consumidas en el término municipal donde fueron sacrificadas las reses, excepto en los casos que expresamente autoricen las autoridades sanitarias, cumpliéndose entonces y para su transporte, las condiciones señaladas

para las carnes refrigeradas. * Los vehículos empleados para el transporte de carnes tendrán este destino exclusivamente y llevarán un letrero en grandes caracteres que diga: "Transporte de carnes". * En los casos de vehículos isotermos o frigoríficos destinados al transporte de carnes, llevarán además de este letrero el calificativo correspondiente a su condición frigorífica o isotérmica. * Las carnes de équidos serán transportadas en vehículos dedicados a esta finalidad, ostentando el letrero de "Transporte de carnes de équido". Serán de consumo local, al igual que las de lidia. * Las carnes refrigeradas y congeladas procedentes de importación estarán sujetas a las normas señaladas para el transporte, troceado, industrialización y comercio que se señalan en este Código. * La reglamentación correspondiente señalará los requisitos complementarios que deban observarse en el transporte de las carnes. Véase: disposiciones comunes sobre carnes.

transporte de carnes congeladas. Véase: transporte de carnes.

transporte de cereales. Según el Código Alimentario, 3.17.03. Los cereales se podrán transportar en sacos o a granel, utilizando cualquiera de los medios conocidos, siempre que se ajusten a las condiciones exigidas en el capítulo VI de este Código (Almacenamiento y transporte). Véase: cereales.

transporte de chocolate. Véase: almacenamiento y transporte de chocolate y derivados.

transporte de conservas. Véase: almacenamiento y transporte de conservas.

transporte de cuajo. Véase: envasado y rotulación de cuajo.

transporte de derivados de cacao. Véase: almacenamiento y transporte de cacao y derivados.

transporte de derivados de café. Véase: almacenamiento y transporte de café y derivados.

transporte de derivados de chocolate. Véase: almacenamiento y transporte de chocolate y derivados.

transporte de derivados de té. Véase: almacenamiento y transporte de té y derivados.

transporte de derivados especiales de cacao. Véase: almacenamiento y transporte de derivados especiales de cacao.

transporte de despojos. Según el Código Alimentario, 3.10.16. Los despojos irán contenidos en cajas o vasijas impermeables, cerradas herméticamente, y dentro de la localidad se transportarán en vehículos análogos a los de las carnes frescas. Para su transporte fuera de ella será preciso refrigerarlos, congelarlos o sancocharlos previamente, según la distancia y comunicaciones del punto de destino, empleando en su traslado vehículos frigoríficos o isoterms. Véase: transporte de carnes.

transporte de fertilizantes. Según el Código Alimentario, 5.37.03. No podrán ser transportados al mismo tiempo en vehículos que sirvan para llevar productos destinados al consumo humano. Ver: fertilizantes.

transporte de frutas. Según el Código Alimentario, 3.22.14. Para efectos de este Código se considerará: a) **Expedición a granel**; b) **Expedición a granel en embalaje**; c) **Expedición envasada**. En las reglamentos correspondientes se indicará el embalaje adecuado para las distintas calidades de fruta. Véase: frutas.

transporte de grasas comestibles. Véase: almacenamiento y transporte de grasas comestibles.

transporte de harinas. Según el Código Alimentario, 3.20.14. El transporte de harinas se podrá realizar a granel, si se dispone de medios adecuados, o envasada en sacos de

yute, algodón o papel u otro material autorizado y destinados exclusivamente a esta finalidad. Véase: molinería.

transporte de helados. Véase: conservación y transporte de helados.

transporte de hortalizas. Véase: almacenamiento y transporte de hortalizas.

transporte de huevos. Véase: almacenamiento y transporte de huevos.

transporte de leche. Según el Código Alimentario, 3.15.07. El transporte de la leche natural para su higienización o industrialización deberá efectuarse en vehículos isoterms, cisternas de acero inoxidable o de cualquier otro material autorizado. Para distancias menores de 200 km podrá transportarse también en otros tipos de envases autorizados, de fácil limpieza. Tanto las cisternas como los envases deberán llevar cierre de ajuste adecuado y precinto de origen, que no será abierto hasta el centro de recepción en los transportes a largas distancias. Véase: leche y derivados.

transporte de mantequilla. Según el Código Alimentario, 3.15.25. el transporte de la mantequilla se realizará con la mayor rapidez y en las condiciones higiénicas necesarias. Se impedirá la proximidad de otras sustancias que pueden modificar su presentación o características organolépticas. Véase: mantequilla.

transporte de mariscos. Según el Código Alimentario, 3.13.12. El transporte de los mariscos se hallará sujeto a lo dispuesto para pescados en el capítulo XII de este Código. * Los moluscos procedentes de instalaciones o zonas no clasificadas como salubres podrán transportarse a granel por partidas no inferiores a 100 kg, para su depuración o mejora, pero nunca para su venta, requiriéndose una autorización distinta para cada partida y destinatario. * Los moluscos bivalvos destinados a la industrialización, procedentes tanto de zonas salubres como de las clasificadas no salubres podrán circular a gra-

nel con una autorización especial. * En el caso particular de ciertos moluscos y crustáceos (bivalvos, langostas, bogavantes, centollo, etc.), el transporte puede realizarse en vivo, con las precauciones que su condición requiera. Véase: mariscos (crustáceos y moluscos).

transporte de pan. Según el Código Alimentario, 3.20.44. El transporte se hará de acuerdo con lo dispuesto en el capítulo VI (Almacenamiento y transporte) Los productos de panadería que no lleven envoltura se harán en bolsas o recipientes apropiados. Los vehículos llevarán dispositivos que eviten la contaminación durante el transporte. Véase: pan.

transporte de parasitcidas. Según el Código Alimentario, 5.37.09. Los productos parasitcidas no podrán, por ningún concepto, transportarse en un mismo vehículo junto con sustancias alimenticias o que sirvan para la preparación de alimentos. Ha de hacerse de forma que no pueda producirse contaminación. Véase: parasitcidas.

transporte de pescados. Según el Código Alimentario, 3.12.12. En el transporte de los pescados se garantizará: a) Empleo mínimo de tiempo; b) Aislamiento adecuado de la temperatura y humedad ambientales; c) No coexistencia con otra clase de mercancías que puedan contaminar los pescados o comunicarles olores o sabores extraños. Véase: pescados.

transporte de pescados congelados. Según el Código Alimentario, 3.12.12. Los pescados congelados se transportarán en vehículos frigoríficos, con temperatura máxima de -18 °C y humedad no inferior al 90%. Véase: pescados.

transporte de pescados frescos. Según el Código Alimentario, 3.12.12. Los pescados frescos, para su transporte, se colocarán en envases apropiados o vehículos acondicio-

nados según el tamaño de aquellos. El hielo y la sal empleados para ello reunirán las condiciones establecidas en este Código y serán troceados y colocados en capas alternas con el pescado. Las capas inferiores y superiores de las cajas estarán constituidas por hielo. La cantidad de hielo a emplear estará en relación con la temperatura ambiental, la distancia y el medio de transporte empleado, y deberá ser en origen, como mínimo, el 30% en peso del pescado puesto en el envase para garantizar la llegada del mismo al destino en perfecto estado de conservación. Véase: pescados.

transporte de platos congelados. Véase: envasado, almacenamiento y transporte de platos congelados.

transporte de productos hortícolas: Véase: almacenamiento y transporte de productos hortícolas.

transporte de requesón. Véase: manipulación de requesón.

transporte de sal para la alimentación. Véase: envasado y transporte de la sal para alimentación.

transporte de sucedáneos de café. Véase: almacenamiento y transporte de sucedáneos de café.

transporte de tabaco. Véase: almacenamiento y transporte de tabaco.

transporte de té. Véase: almacenamiento y transporte de té y derivados.

transporte de tripas. Véase: conservación de tripas naturales.

Trapa natans. Familia: enoteráceas. Planta acuática de fruto coriáceo con cuatro cuernos, que encierra cuatro semillas comestibles. Difundida en las aguas mansas de las partes templadas de Eurasia. Ocupan un

lugar importante en la cocina de Asia. La carne blanca, crujiente, jugosa, dulce y aromática, está cubierta de una piel fina de color pardusco. Se adquiere en conserva y, a veces, también fresca. Se corta la base leñosa, se quita la fina piel y debe cubrirse con agua para evitar que se descolore. Crudas, son una fuente excelente de potasio. Se utiliza en toda China y en el Sureste asiático, en platos tanto picantes como dulces. Se adquiere en conserva y, a veces, también fresca. Nombre vulgar: **castaña de agua**.

trapiche. Molino de cilindros utilizado para moler los troncos de la planta *Saccharum officinarum* y extraer el azúcar de caña. Véase: sacarosa.

traquíctidos. Véase: *Torpedinidae*.

tráquidos. Véase: *Trachidae*.

traquínidos. Véase: *Trachinidae*.

traquiptero ártico. Designación oficial española del pez: *Bogmarus bogmarus*; *Bogmarus islandicus*; *Gymnogaster arcticus*; *Trachypterus articus*; *Trachypterus bogmarus*. Sinónimo oficial: Pierrot.

trasagar. Nombre vulgar vasco de la planta: *Cydonia vulgaris*. Sinónimo: **membrillo**

trasca. Cerda que después de haber criado se engorda para la matanza.

trassi. Véase: pasta de camarones.

tratamiento de estabilizadores de los caracteres físico. Según el Código Alimentario, 4.32.04. En las preparaciones líquidas con estabilizadores se permite la adición de los conservadores químicos que para estos fines se autoricen en las listas positivas. Véase: estabilizadores de los caracteres físicos.

tratamiento de grasas comestibles. Según el Código Alimentario, 3.16.06. Se permite: a) La clarificación por un proceso mecánico: Sedimentación, centrifugación o filtración.

b) La desmucilaginación por los anteriores métodos o por el empleo de sales inorgánicas o ácidos diluidos. c) La neutralización con lejías acuosas alcalinas y lavado posterior. d) La decoloración por tratamiento con tierras decolorantes inofensivas y carbón activo. e) La desodorización por tratamiento en corriente de vapor de agua, a presión normal o reducida. f) La desmargarinización por enfriamiento a bajas temperaturas y separación subsiguiente. Véase: grasas comestibles; prohibiciones de grasas comestibles.

tratamiento de mantequilla. Véase: manipulación de mantequilla.

trehalosa. Disacárido, cuya estructura responde al α -D-glucosil- α -D-glucosido. Se encuentra en algas, hongos, líquenes, levaduras y bacterias. Principal hidrato de carbono de bajo peso molecular presente en la hemolinfa de insectos. Véase: carbohidratos.

touriga nacional. Véase: uva touriga nacional.

tremaná. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **águila marina**.

trémaro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tembladera**.

tremaro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

Trematodae. Grupo algo impreciso de gusanos planos acelomados y parásitos del tipo Platelminetos; presentan cefalización, simetría bilateral y estructuras adhesivas bien desarrolladas.

trematodos. Véase: *Trematodae*.

tremela anaranjada. Nombre vulgar de la seta: *Tremella mesenterica*.

tremela cerebriforme. Nombre vulgar de la seta: *Tremella encephala*.

tremela de color marrón rosado. Nombre vulgar de la seta: *Tremella foliacea*.

tremela mesentérica. Nombre vulgar de la seta: *Tremella mesenterica*.

tremeláceas. Véase: *tremellaceae*.

***Tremella auricula*.** Otro nombre de la seta: *Auricularia auricula-judae*.

***Tremella encephala*.** Familia: Tremellaceae. Género: tremella. Características: Forma globosa de cerebro o con lóbulos foliados. Sub-características: Carpóforo generalmente esférico o globoso. Seta que carece de interés comestible, siendo fácil de identificar por su aspecto cerebriforme, núcleo interior duro y hábitat sobre pino. Nombre vulgar: **tremela cerebriforme**. En vascuence: **mukiziza garun**.

***Tremella foliacea*.** Familia: tremellaceae. Género: tremella. Seta comestible pero de poco interés. Se diferencia de la *Tremella mesenterica* por su color marrón cárneo claro, su mayor tamaño y gran rareza, aunque es posible que en más de una ocasión ambas especies hayan sido confundidas. Nombre vulgar: **tremela de color marrón rosado**.

***Tremella lutescens*.** Familia: tremellaceae. Género: tremella. Características: Forma globosa de cerebro o con lóbulos foliados. Sub-características: Carpóforo al principio arrugado y luego foliáceo. No tiene valor culinario.

***Tremella mesenterica*.** Familia: tremellaceae. Género: tremella. Características: Forma globosa de cerebro o con lóbulos foliados. Sub-características: Carpóforo cerebriforme e irregular. Seta que se puede utilizar como comestible, pero es de poca utilidad debido a su gran contenido en agua. Se distingue bastante bien, teniendo en cuenta su color amarillo dorado. Existen especies parecidas, tales como la *Tremella foliacea*, que es de color marrón rosado y presenta mayor tamaño; la *Tremella lutescens*, de color

amarillo-pálido y tamaño más pequeño, etc. Nombre vulgar: **tremela anaranjada**, tremela mesentérica. En vascuence: **mukiziza hori**.

***Tremellaceae*.** Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: basidiomycetes. Subclase: protobasidiomycetes o fragmobasidiomycetes (basidios tabicados longitudinales) Orden tremellales. Se trata de una pequeña familia que engloba especies con cuerpos fructíferos de aspecto gelatinoso y forma irregular, muy retorcido en pliegues meandriformes que tienden a adquirir consistencia córnea. Los conidios son frecuentes en el micelio. Aparatos esporíforos de forma irregular, crespas, sólo raramente sostenidos por el pie. El basidio está dividido en cuatro células mediante tabiques longitudinales, y tiene largos esterigmas sobre los cuales se forman las esporas. La carne es dura, resistente y gelatinosa. Todas las especies son saprófitas y se desarrollan sobre madera muerta. En su mayoría no son comestibles pero tampoco venenosos. Consideramos. **Género exidia:** *Exidia glandulosa*. **Género guepinia:** *Guepinia helvelloides*. **Género tremella:** *Tremella encephala*, *Tremella foliacea*, *Tremella lutescens*, *Tremella mesenterica*. **Género tremellodon:** *Tremellodon gelatinosum*.

***Tremellodon gelatinosum*.** Familia: tremellaceae. Género: tremellodon. Características: Con agujones gelatinosos por debajo del sombrero. Seta comestible, incluso se puede tomar en estado crudo, tanto con limón como a la vinagreta. Respecto a su identificación, resulta fácil dada su morfología típica y su consistencia gelatinosa. Nombre vulgar: **hidno gelatinoso**. En vascuence: **mukiziza hortztun**. Sinónimo: *Pseudohydnum gelatinosum*.

tremielga. Designación oficial española del pez: *Narcation marmoratus*; *Raja torpedo*; *Torpedo galvani*; *Torpedo marmorata*; *Torpedo picta*; *Torpedo punctata*; *Torpedo torpedo*; *Torpeso trepidans*; *Torpeso vulgaris*. Sinónimo oficial: Arrainkari; Baca; Baca comuna; Baca morena; Eskuikara; Formigón; Ikara; Ikaraina; Marmoka; Ortiga; Tembladera; Temblaera; Temblón; Torpedo; Tremaro; Tremielga de ojos; Tremolosa; Tremoló; Tremulosa; Tremuloya; Tremuló; Trimano; Trimielga; Témaro; Tímaro; Vaca; Vaca comuna; Vaca común; Vaca enrampadora; Vaca tembladera; Vaca tembladora; Vaca tremulosa.

tremielga. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tembladera**.

tremielga americana. Designación oficial española del pez: *Torpedo californica*. Sinónimo oficial: Tremielga del Pacífico.

tremielga de ojos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

tremielga del Pacífico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga americana**.

tremielga negra. Designación oficial española del pez: *Narcation nobilianus*; *Tetranarce nobiliana*; *Torpedo hebetanus*; *Torpedo nigra*; *Torpedo nobiliana*; *Torpedo occidentalis*. Sinónimo oficial: Baca comuna; Baca morena; Formigón; Ortiga; Tembladera.

tremielga negra. Nombre vulgar del pez: *Torpedo nobiliana*.

Tremiscus helvelloides. Otro nombre de la seta: *Guepinia helvelloides*.

tremolí. Nombre vulgar catalán de la seta: *Boletus duriusculus*; *Boletus aurantiacus*.

tremolina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tembladera**.

tremoló. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tembladera; tremielga.

tremolosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tembladera; tremielga.

tremoncillo. Nombre vulgar en Aragón de la planta: *Thymus vulgaris*.

trepó. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “ensaladas”. Cocina de Baleares. Tiempo de realización 20 minutos. **Ingredientes:** tomate de ensalada, manzanas, pimientos verdes, cebollas, aceite de oliva, sal. Véase: ensaladas y entremeses en la cocina clásica.

tremuló. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

tremulosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

tremuloya. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

trencahams. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anjova**.

trencavit. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aguacioso**; **barrinaire**.

trencavits. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: aguacioso; barrinaire; piñón.

trenette. Sinónimo de la pasta alimenticia: fettuccine.

trenza. Nombre usual de una pieza de pan en Chinchón (Madrid), Zaragoza y distintos puntos de la Península. Pieza ritual de pan bregado, de media miga o de masa dulzona y abizcochada. Véase: panes de España.

Trenza de Almudévar. Producto de pastelería y repostería de Aragón; protegido por la Denominación de Calidad de Productos de Pastelería y Repostería de Aragón. Está rellena de yema pastelera, frutos secos y pasas maceradas en licor.

treonina. Aminoácido con la siguiente estructura: (CH₃-COOH)-C-(H₂N) (H) (COOH) (ácido α-amino-β-hidroxi-n-butírico) Considerado como esencial para el crecimiento

normal de los animales. La treonina es un precursor biosintético de la isoleucina en los microorganismos. La treonina se biosintetiza a partir del ácido aspártico. La ruta principal en la degradación metabólica comienza con la desaminación no oxidativa del ácido α -cetobutírico. Este cetoácido es descarboxilado después de su oxidación hasta propionil-CoA transaminado para formar ácido α -aminobutírico. Otra ruta de degradación de la treonina requiere un rompimiento inicial a glicina y acetaldehído. Véase: alimentos ricos en treonina; aminoácidos.

trepang. Nombre vulgar del equinodermo: *Holothuria argus*, *H. Scabra*, *Bohadschia*.

trepap. Véase: uva trepat.

tres colas. Designación oficial española del pez: *Anthias anthias*; *Anthias sacer*; *Labrus anthias*; *Lutjanus anthias*; *Serranus anthias*. Sinónimo oficial: Alconciño; Alfonsoño; Borriquete; Cabezudo; Cabudet; Cabut; Dentó; Forcadella; Rexet; Romera; Siete colas; Somera; Trompetero.

tres colas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **viuda dormilona**.

tres colas de Juan Fernández. Designación oficial española del pez: *Callanthias platei*. Sinónimo oficial: Camotillo de Juan Fernández.

tres colas del Pacífico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **viuda dormilona**.

tres colas princesita. Designación oficial española del pez: *Anthias gordensi*. Sinónimo oficial: Doncellita; Princesa; Princesita; Serranida; Serrano.

tres colas ravijunco. Designación oficial española del pez: *Hemanthias peruanus*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Cabrilla rosa; Cabrilla rosada; Doncella; Doncella espinuda;

Doncella serranida; Loro; Loro tres colas; Merete del Golfo; Princesa; Ravijunco.

tres colitas. Designación oficial española del pez: *Holocentrus surinamensis*; *Lobotes auctorum*.

tres libras. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merillo**.

tres lliuras. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merillo**.

trevally. Nombre vulgar del crustáceo: *Caranx georgianus*.

triacetato de glicerilo. (E-1518) También se denomina triacetina. En alimentación se usa en: Huevos y derivados, complementos de la dieta. Véase: productos cuya función no se especifica.

Triakis barbouri. Pez. Designación oficial: **tollo coludo cubano**.

triangoli. Pasta alimenticia rellena, en forma de triángulos. Véase: pastas rellenas y condimentadas.

Trichia striolata. Caracol terrestre que posee una concha aplanada de hasta 14 mm de diámetro. Su color es de un tono marrón violáceo y presenta un surco blanco dentro de la boca en el estado adulto. Se halla en lugares húmedos y es una plaga de los jardines. Se encuentra en Europa central.

Trichiuridae. 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 escombroides, grupo iii. Sinónimo: peces con cola piliforme. Tienen un cuerpo alargado en forma de cinta, una aleta dorsal blanda y larga, y una pequeña aleta caudal dividida o alargada

en forme de hilo. Consideramos: pez cinto (*Lepidopus caudatus*), pez daga del Pacífico (*Trichiurus nitens*), pez sable (*Trichiurus lepturus*), sable negro (*Aphanopus carbo*).

Trichiurus argenteus. Pez. Designación oficial: **pez sable**.

Trichiurus haumela. Pez. Designación oficial: pez sable; sable.

Trichiurus japonicus. Pez. Designación oficial: pez sable; sable.

Trichiurus lajor. Pez. Designación oficial: **sable**.

Trichiurus lepturus. Familia: triquiúridos. Cuerpo terminado en flajelo, sin caudal. Línea lateral baja. Pelvianas ausentes. Anal formada de espinas más o menos escondidas bajo la piel. Fuerte espina por detrás del ano. Color plateado, dorsal orlada de gris y, a veces, manchada de verde o amarillo; punta del morro grisácea. Este pez habita en las zonas tropicales y templadas del Atlántico y también aparece en ocasiones en las costas inglesas localmente común, raro en el Mediterráneo. Alcanza 1,50 m de largo. Se alimenta de cangrejos y peces. Es un pescado de mesa muy apreciado por su carne exquisita. Nombre vulgar: pez daga del Atlántico, **pez sable**, paire, espada. Designación oficial: **sable**.

Trichiurus malabaricus. Pez. Designación oficial: **pez sable**.

Trichiurus nitens. Familia: triquiúridos. Homólogo en el Pacífico del pez daga del Atlántico; se extiende por el Pacífico occidental y el océano Índico. Nombre vulgar: **pez daga del Pacífico**. Designación oficial: **sable peludo**.

Trichodon trichodon. Pez. Designación oficial: **volador japonés**.

Trichoglossum hirsutum. Familia: geiglosáceas. Características: Receptáculo de forma

alargada o redondeada. Con pie bien manifiesto. Sub-características: la parte superior no está separada del pedicelo por un surco entrante o vallécula. Sub-características: En forma de maza ovalada-alargada, negra y erizada de pelos negros.

Tricholoma. Otro nombre de la seta: *Lepista nuda*, *Leucopaxillus amarus*; *Leucopaxillus lepistoides*; *Melanoleuca excissa*.

Tricholoma acerbum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albo-brunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero nunca viscoso. Sombrero blanco amarillento con bordes estriados. Pie corto con copos en la zona alta. Carne densa, blanca de olor casi nulo y un sabor ligeramente acre o amargo de lo que le viene su nombre de *acerbum*, pero que en algunos ejemplares es casi dulce. Comestible mediocre. Nombre vulgar: **tricoloma acerbo**. En catalán: **carlet blanc**; **carlet grog**; **timoner**. En vascuence: **ziza mingots**.

Tricholoma aestuans. Familia: tricolomáceas. Véase: setas venenosas.

Tricholoma aggregatum. Otro nombre de la seta: *Lyophyllum decastes*.

Tricholoma albobrunneum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie con zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero marrón castaño. Pie fibroso pero sin mechas formando brazaletes. Carne cerrada, blanca que a veces toma tintes rojizos. Tiene marcado olor a harina y sabor algo amargo. Comestible muy mediocre por su amargor. Nombre vulgar: **tricoloma pardo y blanco**. En catalán: **bolet d'ovella**. En vascuence: **ziza zurimarroi**.

Tricholoma album. Familia: tricolomáceas. Género: trycholoma. Sub-género: inamoena. Características: La base del pie no tiende a enrojecer ni tampoco las láminas. Sub-

características: Láminas cerradas o poco separadas. Olor a harina rancia. Seta tóxica aparte de repugnante por su olor y sabor. En vascuence: **zizazuri mingots**.

Tricholoma arcuatum. Otro nombre de la seta: *Melanoleuca cognata*.

Tricholoma atosquamosum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: atosquamosa. Características: Especie de tamaño mediano. Sub-características: Sombrero sin mechas vellosas espaciadas. Sombrero con numerosas escamitas dispuestas como un fieltro fibroso. La carne no es amarga ni acre. Con olor picante característico. Sombrero muy escamoso. Pie estriado con fibrillas oscuras. Carne densa, de color blanco que se hace grisáceo debajo de la cutícula. Tiene un olor picante característico y sabor fúngico dulce. Comestible muy buena, pero poco abundante en general. En catalán: **brunet; fredeluc; fredolic farinós**. En vascuence: **ziza ezka-tabeltz**.

Tricholoma auratum. Otro nombre de la seta: *Tricholoma equestre*.

Tricholoma bufonium. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: inamoena. Características: La base del pie no tiende a enrojecer ni tampoco las láminas. Sub-características: Láminas espaciadas. Olor a gas del alumbrado. Sombrero y pie color amarillo azufre. Habita en bosques de hojas. Cutícula teñida de pardo rojo. Carne amarillenta con fuerte olor a gas del alumbrado, no comestible y además considerada como sospechosa de producir trastornos gastrointestinales.

Tricholoma caligatum. Familia: tricolomáceas. Durante mucho tiempo esta seta se recogió entre las armillarias porque tenía un anillo. Posteriormente, se consideró que este anillo no ofrecía ningún sentido particular; y como por el resto de sus caracteres esta especie se

aproximaba a una serie de formas análogas desprovistas de anillo, se la volvió a considerar como tal; y ahora es definitivamente una *Tricholoma*. Resulta una robusta especie, con un sombrero de 10 a 15 cm o más, convexo, fibroso satinado, bayo rosado, palideciendo por el borde. Puede ocurrir que con la sequedad se le encuentre completamente agrietado, hasta el punto de que se le creería escamoso. La carne es gruesa, densa, tierna, desprendiendo un curioso perfume de pera parecido al del *Inocybe pyriodora*. Tiene un sabor dulce y afrutado. La carne blanca se muestra a menudo entre las partes recortadas y separadas de la cutícula. Resulta un comestible buscado en el Rosellón, y es uno de los pocos hongos de esta serie que no es amargo.

Tricholoma cingulatum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: atosquamosa. Características: Especie de tamaño mediano. Sub-características: Sombrero sin mechas vellosas espaciadas. Sombrero con numerosas escamitas dispuestas como un fieltro fibroso. La carne no es amarga ni acre. Con olor a harina. Láminas blanquecinas grisáceas. Sombrero con escamas pequeñas poco marcadas. Con anillo. Carne blanco grisácea de olor a harina y sabor dulce. Comestible mediocre. En vascuence: **ziza eraztun-hori**.

Tricholoma cnista. Familia: tricolomáceas. Seta comestible pero poco apreciada. A veces se confunde con la *Tricholoma gambosum*, más robusta, que desprende un típico olor a harina. Nombre vulgar: **agárico montano**.

Tricholoma cognata. Otro nombre de la seta: *Melanoleuca cognata*.

Tricholoma colossus. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero más o menos

viscoso. Especie de gran talla. Pie con bulbo marginado. Seta que tiene buen sabor pero que hay que someter a cocción prolongada tras un breve hervor previo. Fácil identificación debido a sus dimensiones colosales, de aquí su nombre específico, pues además de su gran tamaño es muy pesado, encontrando frecuentemente ejemplares de peso superior al kg. Parecido al, *Tricholoma atrata*. Gracias a su carnosidad se puede conservar en aceite o vinagre. Nombre vulgar: **tricoloma colosal**, tricoloma gigante. En vascuence: **ziza erraldoi**.

Tricholoma columbetta. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: sejuncta. Características: Sombrero poco coloreado y sin fibrillas radiales oscuras. Sub-características: Sombrero y pies blancos sin manchas amarillentas. Seta cuyo sombrero resulta acampanado convexo, luego convexo plano, hasta 10 cm de diámetro, húmedo, apenas viscoso en los tiempos lluviosos, luego sedoso, fibroso, satinado, ondulado, hendiéndose fácilmente. El margen es delgado, enrollado al principio, un poco aterciopelado en sus orígenes. Especie comestible generalmente apreciada, de carne densa y firme, con sabor agradable, y que exhala un suave perfume a harina fresca. Se encuentra en grupos, a veces numerosos, en bosques caducifolios y de coníferas, en terrenos silíceos de montaña. Nombre vulgar: **palomita**. En catalán: **cogoma culgros; llenega blanca**. En vascuence: **ziza usozuri**.

Tricholoma decorum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: tricholomopsis. Características: Sombrero y pie con tonos amarillentos. Sub-características: sombrero con pequeñas mechas oscuras o negruzcas. Carne delgada, amarilla y sin olor ni sabor muy señalados. Sinónimo: *Tricholomopsis decora*.

Tricholoma equestre. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: sejuncta. Características: Sombrero muy coloreado y con fibrillas radiales oscuras. Sub-

características: Láminas amarillo vivo. Pie con zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero color naranja. Pie con mechas anaranjadas formando brazaletes. Seta con sombrero, de fondo amarillo, está completamente mosqueado por pequeños mechones pardos con reflejos verdosos. Es un excelente hongo comestible que tiene una carne firme y densa que goza de gran reputación gastronómica. Muy apreciada por el buen buscador de setas. Es poco frecuente pero se encuentra durante el otoño en bosques caducifolios y de coníferas, en montes y montañas. Se confunde fácilmente a primera vista con el *Tricholoma sulphureum*, el cual se reconoce y separa bien por su carne amarilla y olor a gas de alumbrado. Nombre vulgar: **seta de los caballeros**. En catalán: **groguet; verderol**. En gallego: **tortolla; tortullo**. En vascuence: **zaldun perretxiko; zaldun ziza orrihori**. Sinónimo: *Tricholoma auratum*, *Tricholoma flavovirens*. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en el Norte, Centro, Este y Oeste de España. *Trincholoma equestre*, Fr. Véase: setas comestibles.

Tricholoma flavobrunneum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero más o menos viscoso. Especie tamaño normal. Láminas amarillas. Carne cerrada blanquecina en el sombrero pero netamente amarilla en el pie. Olor y sabor a harina, pero resulta comestible mediocre por ser algo amarga. En vascuence: **ziza horimarroia**.

Tricholoma flavovirens. Otro nombre de la seta: *Tricholoma equestre*.

Tricholoma focale. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie con anillo. Seta comestible algo dura, pero de buena calidad. Especies próximas son *Tricholoma colossus* y *Tricholoma robustum*, pero es

mucho más pequeña (sombrero de 6 a 8 cm) y con esporas también menores 4-5 x 3 µm).

Tricholoma fucatum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: sejuncta. Características: Sombrero muy coloreado y con fibrillas radiales oscuras. Sub-características: Láminas más o menos blancas amarillentas. Pie con escamas marrón oliva. Carne con olor a harina. Carne blanca, de olor y sabor a harina. Es comestible. En vascuence: **zaldunziza orrizuri**.

Tricholoma fulvum. Familia: tricolomáceas. Seta con sombrero carnoso, extendido de 5 a 9 cm de diámetro con un grueso mamelón en el centro. Su cutícula es viscosa coloreada de un tono pardo rojizo, lleva algunas escamas fibrosas. La carne es de color blanquecino en el sombrero y amarilla en el pie. Su carne tiene un fuerte olor a harina mohosa y es bastante amarga. Puede ser comestible pero su amargor intenso desalienta al más animoso. Nombre vulgar: **tricoloma pardoamarillo**.

Tricholoma gambosum. Otro nombre de la seta: *Lyophyllum georgii*.

Tricholoma georgii. Otro nombre de la seta: *Lyophyllum georgii*. Nombre vulgar: **perrrochico**. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en el Norte y Nordeste de España. *Tricholoma Georgii*, Fr. Véase: setas comestibles. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en el Norte y Nordeste de España. *Tricholoma Georgii*, Fr. Véase: setas comestibles.

Tricholoma goniosperpum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: iorigida. Carne densa un poco fibrosa en el pie, de color blanquecino algo amarillento que se oscurece con el corte. Olor suave de harina y sabor dulce y agradable, aunque a

veces un poco ácido. Es muy buena comestible. En vascuence: **ziza orrilila**.

Tricholoma imbricatum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero nunca viscoso. Sombrero marrón con pequeñas escamas imbricadas. Pie siempre pleno. En otoño bajo coníferas. Carne cerrada, blanca, que no rojea o sólo rojea algo con la edad, casi inodora y de sabor más bien dulce. Comestible mediocre. Nombre vulgar: **tricoloma imbricado**. En vascuence: **ziza-marroi ezkatatxiki**.

Tricholoma inamoenum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: inamoena. Características: La base del pie no tiende a enrojecer ni tampoco las láminas. Sub-características: Láminas espaciadas. Olor a gas del alumbrado. Sombrero y pie blanco amarillentos. Habita bajo coníferas. Carne blanquecina de olor desagradable q gas del alumbrado y considerada como sospechosa. No comestible. En vascuence: **kirats-ziza zuria**.

Tricholoma irina. Otro nombre de la seta: *Rhodopaxillus irinum*.

Tricholoma luridum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: sejuncta. Características: Sombrero muy coloreado y con fibrillas radiales oscuras. Sub-características: Láminas más o menos blancas amarillentas. Pie sin escamas marrón oliva. Láminas francamente grises. Esporas grandes 8-10 x 5,5-6,5 µ Carne blanquecina, de olor fuerte a harina y de un sabor no amargo. Sin valor.

Tricholoma luteovirens. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Características: luteovirens (esporas amiloides). Láminas delgadas, numerosas, adherentes o casi li-

bres, blanquecinas marfileñas y luego amarillentas. Sinónimo: *Armillaria luteovirens*.

Tricholoma malluvium. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: sejuncta. Características: Sombrero muy coloreado y con fibrillas radiales oscuras. Sub-características: Láminas más o menos blancas amarillentas. Pie con escamas marrón oliva. Carne inodora. Carne blanca, sin olor ni sabor señalados. Es comestible.

Tricholoma melaleuca. Otro nombre de la seta: *Melanoleuca melaleuca*.

Tricholoma nudum. Otro nombre de la seta: *Rhodopaxillus nudus*.

Tricholoma orirubens. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: atosquamosa. Características: Especie de tamaño mediano. Sub-características: Sombrero sin mechas vellosas espaciadas. Sombrero con numerosas escamitas dispuestas como un fieltro fibroso. La carne no es amarga ni acre. Con olor a harina. Láminas blancas enseguida rosas o asalmonadas. Sombrero con fuertes escamas muy marcadas. Carne frágil que enrojece lentamente sobre todo en la base del pie. Con olor y sabor fuertes a harina y muy buena comestible. En vascuence: **ziza-illun lilakor**.

Tricholoma ornatum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: tricholomopsis. Características: Sombrero y pie con tonos amarillentos. Sub-características: sombrero con pequeñas mechas marrón rojizas. Carne blanca amarillenta sin olor ni sabor muy señalados. Sinónimo: *Tricholomopsis ornata*.

Tricholoma panaeolum. Otro nombre de la seta: *Lepista panaeola*.

Tricholoma pardinum. Otro nombre de la seta: *Tricholoma tigrinum*.

Tricholoma personatum. Otro nombre de la seta: *Lepista personata*.

Tricholoma pessundatum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero más o menos viscoso. Talla normal sin bulbo marginado ni láminas amarillas. Sombrero marrón castaño poco vivo con manchas más o menos oscuras. Láminas y carne no ennegrecen. Manchas con gotitas brillantes en los bordes del sombrero. Carne dulce. Bajo coníferas. Carne blanca con olor a harina rancia o a pepino, algo amarga. No comestible. En vascuence: **pinudi-ziza marroi**.

Tricholoma populinum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero más o menos viscoso. Talla normal sin bulbo marginado ni láminas amarillas. Sombrero marrón castaño poco vivo con manchas más o menos oscuras. Láminas y carne no ennegrecen. Manchas difusas oscuras repartidas por el sombrero. Carne amarga. Bajo chopos. Seta comestible, pero de sabor algo amargo. Se considera de mediocre interés gastronómico. Fácilmente reconocible por su fuerte olor y por la larga prolongación radiforme de la base. En vascuence: **makaldi ziza**.

Tricholoma portentosum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: sejuncta. Características: Sombrero muy coloreado y con fibrillas radiales oscuras. Sub-características: Láminas más o menos blancas amarillentas. Pie sin escamas marrón oliva. Láminas blanco amarillentas. Esporas pequeñas 5-70 x 4-5 μ . Sombrero gris negruzco muy viscoso. Láminas con reflejos amarillo verdosos. Esta seta de tamaño a veces respetable, presenta un sombrero al principio cónico acampanado que muy pronto se va extendiendo y se hace convexo, mamelonado, ondulado y plegado. La carne es blanquecina y ligeramente grisácea bajo la cutícula. Es un comestible de una calidad excelente y su carne exhala

un olor a harina fresca. Los ejemplares jóvenes son exquisitos. No obstante, se aconseja eliminar la cutícula del sombrero, puesto que siempre resulta muy viscosa al paladar. Nombre vulgar, capuchina, pretenciosa, tricoloma portentoso. En catalán: **fredolic gros**. En vascuence: **burubeltz; ziza beltz; ziza-illun hankahoriska**.

Tricholoma radicata. Otro nombre de la seta: *Tricholomopsis platyphylla*.

Tricholoma rutilans. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: tricholomopsis. Características: Sombrero y pie con tonos rojos violetas. Hermosa seta, de 8 a 12 cm de diámetro con un sombrero plano convexo firmemente aterciopelado de color azufre pálido salpicado por escamas granulosas de un precioso color púrpura que en ocasiones están tan apretadas que el sombrero parece ser de color púrpura intenso. Crece en pequeños grupos sobre madera de coníferas en descomposición, en zonas de montaña. La carne es amarilla, densa, blanda y con fuerte sabor amargo. No se considera comestible por su excesivo sabor amargo, pero sin embargo resulta una especie de gran belleza. Nombre popular: tricoloma rutilante. En catalán: **girbola vermella**. En vascuence: **pinu-ziza arrunt**. Sinónimo: *Tricholomopsis rutilans*.

Tricholoma saponaceum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: inamoena. Características: La base del pie tiende a enrojecer por dentro y por fuera. Luego enrojecen también las láminas. Sub-características: Olor desagradable como a jabón. Seta que carece de valor culinario, a causa de su fuerte olor y de su sabor repugnante. Se reconoce bien por su olor típico a jabón y coloración gris verdosa en el sombrero y rosada en la base del pie. Nombre vulgar: **tricoloma de olor a jabón**. En vascuence: **ziza xaboiusain**.

Tricholoma sculpturatum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: *atrosquamosa*. Características: Especie de tamaño mediano. Sub-características: Sombrero sin mechas vellosas espaciadas. Sombrero con numerosas escamitas dispuestas como un fieltro fibroso. La carne no es amarga ni acre. Con olor a harina. Láminas blanquecinas grisáceas. Sombrero con escamas pequeñas poco marcadas. Sin anillo. Seta comestible de buena calidad, tan rica como el *Tricholoma terreum*, con el que se ha venido confundiendo hasta ahora; pero éste último no presenta olor de harina ni cambia el color de las laminillas al amarillo. En catalán: **fredeluc brunnet; fredolic farinós**. En vascuence: **ziza horikor**.

Tricholoma sejunctum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: *sejuncta*. Características: Sombrero muy coloreado y con fibrillas radiales oscuras. Sub-características: Láminas más o menos blancas amarillentas. Pie sin escamas marrón oliva. Láminas blanco amarillentas. Esporas pequeñas 5-70 x 4-5 µ. Sombrero amarillo marrón poco viscoso. Láminas con la arista amarillenta. El sombrero de esta seta es primero acampanado convexo, mamelonado luego desplegado y ondulado, teniendo hasta 12 cm de diámetro. Es liso, desnudo, un poco viscoso por la humedad, brillante en la sequía. Resulta de un amarillo cetrino verdusco, más o menos oscuro, haciéndose pardusco en el extremo, rayada sobre todo en el centro de sus finas fibrillas innatas de un negro pardusco. La carne es compacta, húmeda, quebradiza, blanca y amarilla bajo la cutícula. El sabor es amargo con un regusto muy desagradable. El olor se parece a la vez al de la harina y al del pepino, lo cual convierte a esta seta en inútil para la cocina. Debe añadirse que esta especie es de un colorido tan cambiante que ha sido descrita bajo nombres diferentes, hasta el momento en que los micólogos han

podido ponerse de acuerdo sobre su identidad definitiva. Nombre vulgar: **tricoloma amarillo**. En vascuence: **ziza berdebeltz**.

Tricholoma shumacheri, Fr. Familia: tricolomáceas. Véase: setas venenosas.

Tricholoma squarrulosum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: atosquamosa. Características: Especie de tamaño mediano. Sub-características: Sombrero sin mechas vellosas espaciadas. Sombrero con numerosas escamitas dispuestas como un fieltro fibroso. La carne no es amarga ni acre. Con olor picante característico. Sombrero muy escamoso. Pie tan escamoso como el sombrero. Carne blanquecina con fuerte olor a harina o a una mezcla de harina y pimienta, menos señalado que la del *atosquamosum*. Tiene sabor harinoso y es buena comestible.

Tricholoma sudum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: inamoena. Características: La base del pie tiende a enrojecer por dentro y por fuera. Luego enrojecen también las láminas. Sub-características: Olor desagradable a harina rancia. Carne espesa, blanquecina con tintes rojizos, de un olor muy desagradable a harina rancia y sabor fuerte de harina. No tiene valor culinario e incluso parece que puede producir algunos trastornos gastrointestinales.

Tricholoma sulphurescens. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: sejuncta. Características: Sombrero y pie blanquecinos con manchas amarillentas. Carne blanquecina que pasa a ser amarilla con el roce o al romperse. Tiene un olor desagradable entre rábanos y gas del alumbrado, su sabor es algo picante y algunos autores consideran a esta especie como tóxica y otros simplemente como sospechosa.

Tricholoma sulphureum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: inamoena. Características: La base

del pie no tiende a enrojecer ni tampoco las láminas. Sub-características: Láminas espaciadas. Olor a gas del alumbrado. Sombrero y pie color amarillo azufre. Habita en bosques de hojas. Cutícula amarilla azufre. Seta que no es comestible, debido a su sabor y olor desagradable que la hacen perder todo su posible atractivo culinario. Se identifica bien por su color amarillo azufre general, tanto exterior como de la carne, y por su olor fuerte a gas del alumbrado. Próxima a esta especie tenemos el *Tricholoma flavovirens* de la que se distingue por no tener la carne amarilla, sino blanca, y por carecer de olor a gas de alumbrado. Nombre vulgar: **tricoloma azufrado**. En catalán: **croquet pudent; verderol fals; verderol pudent**. En vascuence: **kirats-ziza hori**. Sinónimo: *Agaricus sulphureus*.

Tricholoma terreum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: atosquamosa. Características: Especie de tamaño mediano. Sub-características: Sombrero sin mechas vellosas espaciadas. Sombrero con numerosas escamitas dispuestas como un fieltro fibroso. La carne no es amarga ni acre. Sin olor señalado. Esta seta es extremadamente común en los bosques de pinos en otoño; pero también bajo los árboles con hojas. Presenta un tamaño modesto, con un sombrero de 4 a 8 cm de diámetro, fácilmente hendido radialmente, cubierto de una piel vellosa, blanda, sedosa, gris ratón, ahumada, y a veces negruzca, como salpicada de polvo de carbón. La carne resulta frágil, blanca, dulce y de un olor insignificante. Es comestible bastante bueno, que constituye un excelente manjar y forma una buena guarnición para platos de carne o como complemento de arroces. Nombre vulgar: ratón, **negrilla**, **negrita**. En catalán: **brunet; fredolic; morro d'ovella; negrett**. En vascuence: **ziza arre**.

Tricholoma tigrinum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: atosquamosa. Características: Especie muy gruesa. Sub-características: Sombrero con mechas vellosas espaciadas dispuestas en

círculo. Seta muy tóxica que puede provocar alteraciones gástricas de bastante gravedad. En vascuence: **ziza nabar**. Sinónimo: *Tricholoma pardinum*.

Tricholoma ustale. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero más o menos viscoso. Talla normal sin bulbo marginado ni láminas amarillas. Sombrero marrón castaño poco vivo con manchas más o menos oscuras. Láminas y carne no ennegrecen. Sombrero marrón rojizo bastante vivo sin manchas más oscuras. Láminas y carne tienden a ennegrecer. Olor suave imperceptible a harina. Pie siempre sin velo. Sombrero y pie no moteados ni fibrosos. Carne densa, blanquecina en el sombrero que rojea con el aire y luego se ennegrece. En la zona inferior del pie es de color marrón. Es casi inodora y de sabor algo amargo, no comestible. Nombre vulgar: **tricoloma quemado**. En catalán: **bolet d'ovella**. En vascuence: **ziza-marroi usaingabe**.

Tricholoma ustaloides. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero más o menos viscoso. Talla normal sin bulbo marginado ni láminas amarillas. Sombrero marrón castaño poco vivo con manchas más o menos oscuras. Láminas y carne no ennegrecen. Sombrero marrón rojizo bastante vivo sin manchas más oscuras. Láminas y carne tienden a ennegrecer. Olor fuerte a harina. Pie con velo en la juventud. Sombrero y pie moteados y fibrillosos. Carne blanca de color muy fuerte a harina, que persiste y aún es mayor el día siguiente. Apenas tiene sabor pero al principio es algo acre. En vascuence: **ziza-marroi irinusain**.

Tricholoma vaccinum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: albobrunnea. Características: Pie sin anillo ni zona anular blanquecina en lo alto. Sub-características: Sombrero nunca viscoso. Sombrero marrón rojizo con escamas grandes. Pie enseguida hueco. En verano. Seta que tiene un sombrero acampanado y con un mamelón que no falta jamás, de diámetro entre 5 y 7 cm y con su margen netamente lanoso que se desborda sobre las láminas. su sombrero está completamente seco, no presenta traza alguna de viscosidad y su color es pardo rojizo. Su carne blanquecina tiende a presentar matices rosados a rojos, huele a harina y tiene un sabor agrio. Por ello es de calidad gastronómica bastante mediocre. Nombre vulgar: **tricoloma rojizo**. En vascuence: **ziza beigorri**.

Tricholoma virgatum. Familia: tricolomáceas. Género: tricholoma. Sub-género: atosquamosa. Características: Especie de tamaño mediano. Sub-características: Sombrero sin mechas vellosas espaciadas. Sombrero veteado de largas fibrillas dispuestas radialmente. Carne ocre o amarga. Carne blanca, inodora, de sabor acre o amargo. No comestible. En vascuence: **ziza ubelska puntadun**.

Tricholomaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: basidiomycetes. Subclase: autobasidiomycetes o holobasidiomycetes (basidios no tabicados normales) Orden: agaricales. Las especies de las tricolomáceas son carnosas, consistentes, putrescibles y bastante robustas por regla general. Carne casi siempre blanca y densa, por lo general comestible, que puede ser de gran calidad y pocas veces tóxica. Comprende los géneros: **lyophyllum, nyctalis, tricholoma, melanoleuca, armillaria, biannularia, laccaria, hygrophoropsis, clitocybe, leucopaxillus**,

rhodotus, macrocystidia, ripartites, clitopilus, rhodopaxillus, leucocortinarius. Consideramos. *Omphalia campanella*, *Omphalina epichysium*. **Género aemillaria:** *Armillaria bulbosa*, *Armillaria mellea*. **Género biannularia:** *Biannularia imperialis*. **Género clitocybe:** *Clitocybe alexandri*, *Clitocybe cerussata*, *Clitocybe clavipes*, *Clitocybe costata*, *Clitocybe cyathiformis*, *Clitocybe dealbata*, *Clitocybe bicolor*, *Clitocybe flaccida*, *Clitocybe fragans*, *Clitocybe geotropa*, *Clitocybe gigantea*, *Clitocybe hydragramma*, *Clitocybe infundibuliformis*, *Clitocybe inornata*, *Clitocybe inversa*, *Clitocybe maxima*, *Clitocybe nebularis*, *Clitocybe odora*, *Clitocybe olearia*, *Clitocybe radicellata*, *Clitocybe rivulosa*, *Clitocybe sinopica*, *Clitocybe splendens*, *Clitocybe squamulosa*, *Clitocybe suaveolens*, *Clitocybe tabescens*, *Clitocybe umbilicata*, *Clitocybe vermicularis*. **Género clitopilus:** *Clitopilus mundulus*, *Clitopilus prunulus*, *Clitopilus truncatus*. **Género hygrophoropsis:** *Hygrophoropsis aurantiaca*. **Género laccaria:** *Laccaria amethystina*, *Laccaria laccata*, *Laccaria proxima*. **Género leucopaxillus:** *Leucopaxillus amarus*, *Leucopaxillus candidus*, *Leucopaxillus lentus*, *Leucopaxillus lepistoides*, *Leucopaxillus mirabilis*, *Leucopaxillus paradoxus*, *Leucopaxillus tricolor*. **Género leucocortinarius:** *Leucocortinarius bulbiger*. **Género lyophyllum.** *Lyophyllum aggregatum*, *Lyophyllum carneum*, *Lyophyllum chrysantheron*, *Lyophyllum cinerascens*, *Lyophyllum georgii*, *Lyophyllum infumatum*, *Lyophyllum inmundum*, *Lyophyllum ionides*, *Lyophyllum loricatum*, *Lyophyllum rancidum*, *Lyophyllum semitale*, *Lyophyllum trigonosporum*, *Lyophyllum constrictum*. **Género macrocystida:** *Macrocystidia cucumis*. **Género nyctalis:** *Nyctalis asterophora*, *Nyctalis parasitica*. **Género rhodopaxillus:** *Rhodopaxillus caespitosus*, *Rhodopaxillus glaucocanus*, *Rhodopaxillus irinus*, *Rhodopaxillus nudus*, *Rhodopaxillus panaeolus*, *Rhodopaxillus saevus*, *Rhodopaxillus sordidus*. **Género rhodotus:** *Rhodotus palmatus*. **Género ripartites:** *Ripartites tricholoma*. **Gé-**

nero tricholoma. grupo luteovirens: *Tricholoma luteovirens*. **Sub-género albo-brunnea:** *Tricholoma acerbum*, *Tricholoma albobrunneum*, *Tricholoma aurantium*, *Tricholoma colossus*, *Tricholoma flavobrunneum*, *Tricholoma focale*, *Tricholoma imbricatum*, *Tricholoma pessundatum*, *Tricholoma populinum*, *Tricholoma ustale*, *Tricholoma ustaloides*, *Tricholoma vaccinum*. **Sub-género atosquamosa:** *Tricholoma atosquamosum*, *Tricholoma cingulatum*, *Tricholoma orirubens*, *Tricholoma scalpturatum*, *Tricholoma squarrulosum*, *Tricholoma terreum*, *Tricholoma tigrinum*, *Tricholoma virgatum*. **Sub-género inamoena:** *Tricholoma album*, *Tricholoma bufonium*, *Tricholoma inamoenum*, *Tricholoma saponaceum*, *Tricholoma sudum*, *Tricholoma sulphureum*. **Sub-género iorigida:** *Tricholoma goniospermum*. **Sub-género melanoleuca:** *Melanoleuca brevipes*, *Melanoleuca cognata*, *Melanoleuca evenosa*, *Melanoleuca excisa*, *Melanoleuca graminicola*, *Melanoleuca grammopodia*, *Melanoleuca vulgaris*. **Sub-género sejuncta:** *Tricholoma columbetta*, *Tricholoma equestre*, *Tricholoma fucatum*, *Tricholoma luridum*, *Tricholoma malluvium*, *Tricholoma portentosum*, *Tricholoma sejunctum*, *Tricholoma sulphurescens*. **Sub-género tricholomopsis:** *Tricholoma decorum*, *Tricholoma ornatum*, *Tricholoma rutilans*.

***Tricholomopsis decora*.** Otro nombre de la seta: *Tricholoma decorum*.

***Tricholomopsis ornata*.** Otro nombre de la seta: *Tricholoma ornatum*.

***Tricholomopsis platyphylla*.** Otro nombre de la seta: *Collybia platyphylla*.

***Tricholomopsis rutilans*.** Otro nombre de la seta: *Tricholoma rutilans*.

***Trichosanthes cucumerina*.** Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: trichomeria. Se emplean sus frutos para comer cocidos. Nombre vulgar: calabaza culebrina.

tricoloma acerbo. Nombre vulgar de la seta:
Tricholoma acerbum.

tricoloma agregado. Nombre vulgar de la seta:
Lyophyllum aggregatum.

tricoloma amargo. Nombre vulgar de la seta:
Leucopaxillus amarus.

tricoloma amarillo. Nombre vulgar de la seta:
Tricholoma sejunctum.

tricoloma azufrado. Nombre vulgar de la seta:
Tricholoma sulphureum

tricoloma colosal. Nombre vulgar de la seta:
Tricholoma colossus.

tricoloma de forma de lepista. Nombre vulgar de la seta: *Leucopaxillus lepidoides.*

tricoloma de olor a jabón. Nombre vulgar de la seta: *Tricholoma saponaceum.*

tricoloma de prado. Nombre vulgar de la seta:
Rhodopaxillus panaeolus.

tricoloma gigante. Nombre vulgar de la seta:
Tricholoma colossus.

tricoloma imbricado. Nombre vulgar de la seta: *Tricholoma imbricatum.*

tricoloma pardo y blanco. Nombre vulgar de la seta: *Tricholoma albobrunneum.*

tricoloma pardoamarillo. Nombre vulgar de la seta: *Tricholoma fulvum.*

tricoloma portentoso. Nombre vulgar de la seta: *Tricholoma portentosum.*

tricoloma rojizo: Nombre vulgar de la seta:
Tricholoma vaccinum.

tricoloma rutilante. Otro nombre de la seta:
Tricholoma rutilans.

tricoloma violeta. Nombre vulgar de la seta:
Lepista nuda.

tricolomáceas. Familia de hongo. Véase: *Tricholomaceae.*

Tricornis peruvianus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cobo cresta de gallo.**

Tridacna derasa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja gigante.**

Tridacna elongata. Familia: tridácnidos. Esta es una especie pequeña de la familia de las conchas gigantes que está localizada especialmente en el Mar Rojo. Estos animales, que se entierran en la arena, tienen una longitud de 12 a 20 cm. Su hábitat se extiende del Mar Rojo hasta el océano Índico, a profundidades de 5 a 15 cm. La carne es muy apreciada por los árabes. Nombre vulgar: **concha tridacna pequeña.**

Tridacna gigas. Familia: tridácnidos. Con sus 1,3 m de longitud constituye el mayor molusco de todos los mares del mundo. Una sola concha de este tamaño puede llegar a pesar unos 500 kg. Las valvas, que presentan de 4 a 6 pliegues radiales, muy pronunciados y sin escamas, pueden llegar a alcanzar 30 cm de grosor. En caso de peligro, las valvas ligeramente abiertas hacia arriba, pueden cerrarse con la rapidez del rayo gracias a su músculo de cierre sumamente fuerte. Esto también le ha dado el nombre de “concha asesina”. Continuamente circulan relatos de buceadores que por descuido introducen un pie o el tubo de su equipo de inmersión en la hendidura abierta de una concha gigante y ya no puede volver a liberarse de la fuerte presión de la concha que se cierra inmediatamente. Pero estas historias no se han comprobado realmente. * La concha gigante está extendida en la zona tropical del Pacífico Oeste, especialmente en los arrecifes de corales en las zonas del Sur. Allí la carne del mo-

lusco forma parte de la dieta de los habitantes de la isla. Véase: bivalvos gigantes. Nombre vulgar: concha gigante, **concha asesina**.

tridácnicos. Véase: *Tridaniidae*.

Tridaniidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: moluscos. Clase: bivalvos, lamelibranquiados o pelecípodos. Subclase: eulamelibránquios. Orden: veneráceos. A esta familia, natural del Indopacífico, pertenece el molusco mayor en absoluto; la concha gigante o concha asesina *Tridacna gigas*. Las conchas gigantes tienen valvas muy gruesas con pliegues ondulados. En los suelos de las aguas de poca profundidad se posan sobre el lado del vértice con las valvas hacia arriba ligeramente abiertas. Siendo aún jóvenes se sujetan firmemente con los filamentos del biso, para, más tarde, quedar ancladas al fondo por su propio peso. Sinónimo: bivalvos gigantes. Consideramos: concha gigante (*Tridacna gigas*), concha tridacna pequeña (*Tridacna elongata*) Véase: bivalvos.

triestearato de sorbitán. (E-492) Sustancia conocida con “Spans”, marca registrada de Atlas Chemical Inc. En alimentación se usa en: repostería, bollería, galletas, chicle, helados, vinos, salsas, preparados dietéticos, sopas deshidratadas. Véase: denominación específica de estabilizadores.

triestearato de sorbitán polioxi-etileno. (E-436) Actúa como emulsionante y también como detergente en distintas aplicaciones. La Unión Europea está considerando su autorización para el empleo como aditivo alimentario. En experimentos con ratas provocaron alteraciones en el estómago. En alimentación se usa en: Confitería, repostería, galletas, vinos, helados, chicle, productos dietéticos. Véase: denominación específica de estabilizadores.

trifle. Postre típico inglés de bizcocho, jerez, crema y frutas. Se decora con angélica confitada. Véase: higo chumbo.

trifosfato pentapotásico. (E-450 f) Se emplea como aditivo del grupo de: Estabilizantes, emulgentes, espesantes y gelificantes. La cantidad autorizada de este aditivo es: Embutidos crudos curados 3.000 mg/kg. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada 2.500 mg/kg. Fiambre de lomo 3.000 mg/kg. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida 2.500 mg/kg. Panceta doble o enrollada 1.000 mg/kg. Productos cárnicos tratados por el calor 3.000 mg/kg. Salchichón Málaga 3.000 mg/kg. Véase: denominación específica de estabilizadores; gasificantes. Aditivos.

trifosfato pentasódico. (E-450 g) Se emplea como aditivo del grupo de: Estabilizantes, emulgentes, espesantes y gelificantes. La cantidad autorizada de este aditivo es: Embutidos crudos curados 3.000 mg/kg. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada 2.500 mg/kg. Fiambre de lomo 3.000 mg/kg. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida 2.500 mg/kg. Panceta doble o enrollada 1.000 mg/kg. Productos cárnicos tratados por el calor 3.000 mg/kg. Salchichón Málaga 3.000 mg/kg. Véase: denominación específica de estabilizadores; gasificantes. Aditivos.

trifosfato sódico (E-450 b) IDA (ingestión diaria admisible) = 0-70 mg/kg. Compuesto químico de fórmula $\text{Na}_5\text{P}_3\text{O}_{10}$. No presenta demasiada toxicidad, excepto en los niños, en quienes puede provocar descalcificaciones. Bloquea los enzimas. Se encuentra en embutidos, mermeladas y flanes. No es tóxico. La cantidad autorizada de este aditivo es: Quesos 9 g/kg. Leche en polvo 5 g/kg. Pescado congelado 1 g/kg. Helados 2 g/kg. Chicles 10 g/kg. Embutidos crudos curados 3.000 mg/kg. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. 2.500 mg/kg. Fiambre de lomo 3.000 mg/kg. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida 2.500 mg/kg.

Panceta doble o enrollada 1.000 mg/kg. Productos cárnicos tratados por el calor 3.000 mg/kg. Salchichón Málaga 3.000 mg/kg. Véase: denominación específica de estabilizadores. Aditivos.

Trigla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: rubio cabro; rubio de Juan Fernández; rubio vaquita.

Trigla adriatica. Pez. Designación oficial: **rubio**.

Trigla aspera. Pez. Designación oficial: **cabete**.

Trigla blochii. Pez. Designación oficial: **borracho**.

Trigla cataphracta. Pez. Designación oficial: **armado**.

Trigla cavillone. Pez. Designación oficial: **cabete**.

Trigla chabrontera. Pez. Designación oficial: **armado**.

Trigla corax. Otro nombre del pez: *Trigla lucerna*. Designación oficial: **alfondega**; **bejel**.

Trigla corvus. Pez. Designación oficial: **bejel**.

Trigla cucculus. Pez. Designación oficial: arete; borracho.

Trigla cuculus. Pez. Designación oficial: **bejel**.

Trigla digisternis. Pez. Designación oficial: **rubio**.

Trigla fasciata. Pez. Designación oficial: **chicharra**.

Trigla gurnardus. Familia: tríglicos. La constitución de la cabeza y el cuerpo como en la

golondrina de mar (*Trigla lucerna*). Una característica principal son las escamas puntiagudas a lo largo de la línea lateral. Cuerpo relativamente esbelto. Perfil rostral casi recto y oblicuo, lo que da un rostro alargado, aunque con visera corta y poco escotada, formando 2 pequeños lóbulos armados de 3-4 espinas. Ojos grandes, situados en la región superoposterior de la cabeza y separados por un espacio interorbitario aplanado o ligeramente cóncavo. Preopérculo con 2 espinas paralelas. Dorso de color gris amarillento o verdoso, otras veces rosa violáceo o pardusco, en ocasiones punteado de blanco o cremoso. Aparece en el Atlántico nororiental, también en el mar del Norte y en la zona Oeste del mar Báltico, en zonas del Mediterráneo y en el mar Negro. En territorios costeros es muy apreciado por su deliciosa carne; los entendidos aseguran que es especialmente bueno en otoño. Talla hasta 60 cm. Peso hasta 1,2 kg. Nombre vulgar: **perlón**, borracho, cuco de altura, garneo. Designación oficial: **borracho**. sinónimo: *Eutrigla gurnardus*, *Trigla milvus*.

Trigla hirundo. Otro nombre del pez: *Trigla lucerna*. Designación oficial: **alfondega**.

Trigla humata. Pez. Designación oficial: **armado**.

Trigla hyrax. Otro nombre del pez: *Trigla lucerna*.

Trigla lastovitzia. Pez. Designación oficial: **rubio**.

Trigla lineata. Pez. Designación oficial: **rubio**.

Trigla lucerna. Familia: tríglicos. Cuerpo esbelto y alargado, con perfil facial poco abrupto y hocico agudo, siendo la visera pequeña y poco escotada, los lóbulos están finamente dentellados en su borde anterior. Ojos pequeños y elevados. Color rosado rojizo en dorso y flancos, pasando a naranja o

blanco en la región ventral; escapulares con la cara externa violácea, manchada de blanco, y la interna azulada, con una mancha negra punteada de blanco, siendo los bordes rojizos; caudal de color carmín con el borde posterior blanco. Talla hasta 75 cm. Peso hasta 6 kg. Atlántico y Mediterráneo, común. Nombre vulgar: **bejel**, golondrina de mar, rubito. Designación oficial: alfondegá; bejel.

Trigla lyra. Familia: tríglicos. Región cefálica y parte anterior del cuerpo muy desarrolladas, en comparación con las partes posteriores, más bien reducidas. Rostro muy cóncavo con visera desarrollada y muy escotada, formando 2 lóbulos estrechos y alargados. Ojos ovales, separados por un espacio interorbitario muy cóncavo. Color del dorso encarnado brillante, que se hace rosa en los flancos y blanco nacarado en el abdomen; en las aletas pueden verse manchas azuladas o violáceas. Alcanza los 70 cm de longitud y los 6 kg de peso. Su carne es compacta y blanca y de muy buen sabor. Por la cantidad de desperdicios a que da lugar (cabeza, espina, etc.) este apreciado pescado se vende fresco y ya preparado sin cabeza ni piel. Es un ingrediente ideal para sopas y guisos de pescado. Difícil de encontrar entre julio y septiembre. Atlántico y Mediterráneo, común. Véase: pescados. Nombre vulgar: garneo, golondrina pipa, **pez de San Rafael**, rubio. Designación oficial: **garneo**. Según el Reglamento CE 2406/96 del Consejo, de 26 de Noviembre de 1996, por el que se establecen normas comunes de comercialización para determinados productos pesqueros. El calibrado de los productos se basa en su peso o en su número por kilogramo, o en ambas. La talla comercial de esta especie es de 200 g/unidad.

Trigla malarma. Pez. Designación oficial: **armado**.

Trigla microlepidota. Pez. Designación oficial: **bejel**.

Trigla milvus. Pez. Designación oficial: **borracho**.

Trigla obscura. Pez. Designación oficial: **bejel**.

Trigla pini. Pez. Designación oficial: **arete**.

Trigla poeciloptera. Pez. Designación oficial: alfondegá; bejel.

Trigla volitans. Pez. Designación oficial: **chicharra**.

Triglidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Superorden: teleósteos. Orden: escorpeniformes. Suborden: escorpenoides. Los miembros de la familia de las golondrinas de mar, tienen cabeza grande, acazada, grandes aletas pectorales, de las cuales 2-3 radios no tienen piel de aleta, por lo que son movibles por separado. Con su ayuda, las golondrinas de mar, tantean su alimento y andan por el fondo marino. Su nombre se debe al murmullo que producen con su vejiga natatoria. Aparecen en todo el Atlántico, algunas también en el mar del Norte y en el Báltico, así como en zonas del Mediterráneo y del mar Negro. Se alimentan de pequeños crustáceos y peces, por lo que tienen una excelente carne. Nombre vulgar: **tríglicos**. Consideramos: arete (*Aspitrigla cuculus*), arete oscuro (*Aspitriglia obscura*), bejel (*Trigla lucerna*), borracho (*Trigla gurnardus*), cabete (*Lepidotrigla cavillone*), garneo (*Trigla lyra*), golondrina de mar indopacífica (*Cheilodactylus kumu*), perlón (*Eutrigla gurnardus*), rubio (*Trigloporus lastovitzia*)

tríglicos. Véase: *Triglidae*.

Triglochis ferox. Pez. Designación oficial: **solrayo**.

Trigloporus lastovitzia. Familia: tríglicos. Cuerpo robusto, con perfil anterior de la ca-

beza casi vertical y morro obtuso, sin espinas, de rostro casi inexistente, sin apenas visera sobre la mandíbula superior. El extremo posterior del premaxilar no llega a alcanzar la vertical del borde anterior del ojo. Espina escapular poco importante. El color es encarnado o rosa carmín, pasando bruscamente a blanco en las partes inferiores; en el dorso y flancos pueden verse ocasionalmente manchas más oscuras; las aletas dorsales de color rosáceo, con series lineales de manchitas encarnadas; anal encarnada, marginada de blanco; escapulares rojizas en su cara interna, con manchas oscuras, y violáceas por la exterior, con radios blancos y manchas azules en cada espacio interr radial. Carne blanca, prieta y muy sabrosa. Nombre vulgar y designación oficial: **rubio**. Según el Reglamento CE 2406/96 del Consejo, de 26 de Noviembre de 1996, por el que se establecen normas comunes de comercialización para determinados productos pesqueros. El calibrado de los productos se basa en su peso o en su número por kilogramo, o en ambas. La talla comercial de esta especie es de 60 g/unidad.

trigo (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merluza**.

trigo. Nombre vulgar de la planta: *Triticum vulgare*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Trigo, grano entero	
Energía (kJ)	1227,07
Potasio (mg)	421,00
Fósforo (mg)	344,42
Energía (kcal)	293,56
Magnesio (mg)	147,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	60,97
Ácido fólico (µg)	49,00
Calcio (mg)	43,70
Proteína (g)	11,73
Fibra (g)	10,30
Niacina (mg eq. niacina)	8,20

Sodio (mg)	7,80
Cinc (mg)	4,10
Hierro (mg)	3,30
Grasa (g)	2,00
Vitamina E (mg)	1,40
Grasa poliinsaturada (g)	1,05
Yodo (mg)	0,60
Tiamina (B ₁) (mg)	0,48
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,45
Grasa saturada (g)	0,37
Grasa moninsaturada (g)	0,27
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Vitamina D (µg)	

trigo bulgor. Cereal liviano, con gusto a nuez, se hace con granos de trigos partidos y hervidos. Sólo necesita remojar antes de usar y es esencial para el *Tabbouleh* libanés (ensalada de trigo partido y hierbas). Puede estar molido fino, o grueso.

trigo candela. (*Triticum vulgare*) Véase: pastas alimenticias. Sinónimo: trigo tierno. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Trigo candela	
Energía (kJ)	1295,80
Potasio (mg)	434,00
Fósforo (mg)	400,00
Energía (kcal)	310,00
Magnesio (mg)	140,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	61,40
Ácido fólico (µg)	50,00
Calcio (mg)	34,00
Proteína bruta (g)	11,70
Fibra (g)	9,60
Hierro (mg)	5,30
Niacina (mg eq. niacina)	4,70
Sodio (mg)	3,00
Vitamina E (mg)	2,50

Grasa (g)	2,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,84
Cinc (mg)	0,70
Tiamina (B ₁) (mg)	0,41
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,38
Grasa saturada (g)	0,28
Grasa moninsaturada (g)	0,21
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11
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)	

trigo hinchado. Se elabora a partir del grano de trigo sin cáscara, calentado y sometido a alta presión. Se emplea como cereal de desayuno y en la elaboración de productos de repostería. Véase: cereales. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Trigo inflado con miel Pascual	
Energía (kJ)	1534,90
Ácido fólico (µg)	200,00
Energía (kcal)	167,20
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	88,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	51,00
Niacina (mg eq. niacina)	15,30
Hierro (mg)	10,00
Proteína (g)	5,70
Vitamina D (µg)	4,25
Piridoxina (B ₆) (mg)	1,70
Grasa (g)	1,60
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,60
Fibra (g)	1,50
Tiamina (B ₁) (mg)	1,20
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,85
Grasa moninsaturada (g)	0,79
Grasa poliinsaturada (g)	0,46
Grasa saturada (g)	0,36
Sodio (mg)	0,10
Colesterol (mg)	0,00
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Fósforo (mg)	
Magnesio (mg)	

Potasio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

trigo inca. Nombre vulgar de la planta: *Chenopodium album*.

trigo integral. (*Triticum vulgare*) Se emplea cocidos en ensaladas. No se puede añadir sal durante la cocción. Véase: granos, cereales y harinas.

trigo sarraceno. Nombre vulgar de la planta: *Fagopyrum esculentum*.

trigo sarraceno sin cascarilla. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Trigo sarraceno Sin cascarilla	
Energía (kJ)	1421,20
Energía (kcal)	340,00
Potasio (mg)	324,00
Fósforo (mg)	254,00
Magnesio(mg)	85,00
Carbohidratos (g)	71,30
Calcio (mg)	21,00
Agua (g)	12,80
Proteína (g)	10,00
Fibra (g)	3,70
Hierro (mg)	3,20
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	2,90
Sodio (mg)	2,00
Grasas totales (g)	1,70
Vitamina E (mg)	1,30
Grasa poliinsaturada (g)	0,70
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,58
Tiamina (B ₁) (mg)	0,26
Flúor (mg)	0,17
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,15
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00

trigo triturado. Este trigo se elabora a partir de los granos enteros triturados. Se cuece previamente y requiere menos líquido. En algunas ocasiones, este trigo se añade a la pasta utilizada para elaborar pan. Se puede

servir como el arroz, utilizarse para preparar un postre de nata o consumirse como los cereales del desayuno. Véase: cereales.

Trigonella foenum-graecum. Familia: leguminosas. Subfamilia: papilionadas. Hierba medicinal y condimento popular desde la antigüedad, la alholva es originaria del este mediterráneo. La alholva es una robusta planta anual que crece unos 60 cm de altura y se desarrolla plenamente en climas suaves con lluvias moderadas. Sus estrechas y picudas vainas tienen entre 10 y 12 cm de longitud y cada una contiene de 10 a 20 semillas. Cuando las semillas maduran, las plantas se arrancan y se ponen a secar. Las semillas se muelen y posteriormente se secan. El fuerte y aromático olor de la alholva, es similar al del apio o la alheña y predomina en los polvos de curry existentes en el mercado. Sin cocer, la alholva sabe muy amarga, astringente y francamente desagradable, se suele tostar previamente para suavizar su sabor. Se usa en vinagres condimentados, encurtidos, *chatnis* y en el *halva*, un tipo de turrón a base de sésamo. Véase: especias, hierbas aromáticas, especias y semillas. Nombre vulgar: heno griego, fenogreco, **aholva**.

Trigonobatus patinaca. Pez. Designación oficial: **pastinaca**.

trikoputz. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Lycoperdon echinatum*.

trilha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trilla**.

trilla. Designación oficial española del pez: *Mullus argentinus*. Sinónimo oficial: Barbo americano; Trilha.

trilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salmonete gringuito**.

trillo. Designación oficial española del pez: *Ceranium rubrum*.

trimano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tremielga**.

trimielga. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tembladera; tremielga.

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

Trinectes fonsecensis. Pez. Designación oficial: **suela rayada**.

Trinectes maculatus. Pez. Designación oficial: **lenguado bavoche**.

trinitaria. Nombre vulgar de la flor y planta: *Viola hortensis*.

trinxat de la Cerdanya. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “verduras y hortalizas”. Cocina de Cataluña. **Ingredientes:** col, patatas, cansalada (tocino veteado), ajo, vinagre, aceite, sal.

triosas (C₄H₆O₃). Véase: carbohidratos.

tripa de colorines. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** muslos de pollo, aceitunas sin hueso, jamón serrano, zanahoria, huevos duros, huevos crudos, pimientos morrones, vino blanco, caldo, sal, pimienta, nuez moscada, tripa del nº 9.

tripaki argi. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Hydnum repandum*.

tripaki ezkatatsu. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Sarcodon imbricatum*.

tripaki gorria. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Hydnum rufescens*.

tripaki gorriska. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Hydnum rufescens*.

tripaki hankagabe. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Dryodon cirrhatum*.

tripakia. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Hydnum repandum*.

tripakilun. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Sarcodon imbricatum*.

tripas. Según el Código Alimentario, Capítulo X. Sección 4ª. Comprende: 3.10.37 **Tripas naturales.** 3.10.38 **Tripas artificiales.** 3.10.39 **Clasificación de tripas.** 3.10.40 **Manipulaciones con tripas naturales.** 3.10.41 **Conservación de tripas naturales.** 3.10.42 **Industrias de tripas naturales.** 3.10.43 **Prohibiciones.** Véase: carnes y derivados; despojos.

tripas artificiales. Según el Código Alimentario, 3.10.38. Son las obtenidas, mediante distintos procesos técnicos, de tejidos animales sanos, sacrificados bajo control sanitario o de diversos materiales celulósicos autorizados, en industrias registradas oficialmente. Véase: tripas.

tripas naturales. Según el Código Alimentario, 3.10.37. Se entiende por tripas naturales diversas regiones del aparato digestivo y vejigas de bóvidos, óvidos, suidos y équidos y piel de aves, que previas las operaciones pertinentes, se utilizan en la elaboración de embutidos. * Procederán de animales sanos, sacrificados bajo control sanitario y estrán elaboradas en industrias autorizadas para este fin. Su empleo será preferente en los embutidos denominados puros. Véase: tripas.

tripaziza. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Morchella conica*; *Morchella costata*; *Morchella crassipes*; *Morchella deliciosa*; *Morchella elata*; *Morchella rotunda*; *Morchella umbrina*; *Morchella esculenta*.

***Triphoturus aculeus*.** Pez. Designación oficial: **anchoa negra luminosa.**

tripot. Sinónimo: morcilla vasca.

***Tripterygion melanorum*.** Pez. Designación oficial: **moma nariguda.**

***Tripterygion nasus*.** Pez. Designación oficial: **moma nariguda.**

***Tripterygion tripteronotus*.** Pez. Designación oficial: **moma nariguda.**

triptófano. Aminoácido proteico (β -indol-alanina) esencial para el crecimiento normal de los animales. El triptófano es precursor de varias sustancias importantes; incluye la hormona del crecimiento en las plantas, el ácido indolacético; la hormona animal, serotonina (5-hidroxitriptamina); la vitamina, ácido nicotínico; y algunos pigmentos oculares de los insectos. Véase: alimentos ricos en triptófano; aminoácidos.

triquiúridos. Véase: *Trichiuridae*.

trisa. Nombre vulgar del pez: *Alosa alosa*.

trisacáridos. $C_{18}H_{32}O_{16}$ Véase: carbohidratos; hidratos de carbono.

trisilicato de magnesio y talco. (E-553 b) En alimentación se usa en: Arroz, sal, alimentos basados en cereales, chicle, quesos, complementos de la dieta, recubrimiento de productos de confitería. Véase: antiaglomerantes.

***Trisopterus capelanus*.** Pez. Designación oficial: **capellán.**

***Trisopterus esmarkii*.** Pez. Designación oficial: **faneca noruega.**

***Trisopterus luscus*.** Familia: gádidos. De escaso significado comercial, pero de un delicado sabor; fácilmente perecedera. Longitud máxima: 45 cm. Es más corpulenta por el dorso y tiene una mancha oscura al comienzo de la aleta pectoral, características éstas que la distinguen del resto de los peces. Habita en las costas europeas del Atlántico y en el Mediterráneo occidental. Bastante apreciada, aunque su carne es algo floja y de mala conservación. Nombre vulgar: **faneca**. Sinónimo: *Gadus luscus*, *Morhua lusca*. 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 comercial de 50 g/unidad.

Trisopterus minutus. Familia: gádidos. Aparece en las costas europeas del Atlántico y en el Mediterráneo, sólo alcanza normalmente los 20 cm (en ocasiones los 26 cm); es demasiado pequeño para tener la más mínima importancia como pescado de mesa. Véase: faneca. Nombre vulgar: **maloto**, faneca menor, mollera. Sinónimo: *Gadus minutus*, *Gadus capelanus*.

Trisopterus minutus capelanus. Familia: gádidos. Cuerpo con una altura igual o inferior a la longitud de la cabeza. Boca normal, con la mandíbula superior predominante y una barbilla bien visible en la inferior, generalmente tan larga como la mitad del diámetro orbitario. La coloración del dorso es gris amarillenta o rosácea bastante clara, más todavía en los flancos, donde no se aprecia sombreado alguno en la línea lateral; vientre gris plateado. Vive en el Atlántico y Mediterráneo. Carne buena, excesivamente delicada y pronta a la descomposición; se vende seco y ahumado. Nombre vulgar: **capellán**, carajuelo, romero. Designación oficial: **capellán**. 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 Mediterráneo, de 11 cm y su talla comercial 50 g/unidad.

Trisopterus minutus minutus. Pez. Designación oficial: **capellán**.

triticale. Nombre vulgar del cruce de las plantas: *Triticum x Secale*.

Triticum. sp. Familia: gramíneas. Género: *Triticum*. Planta originaria de Asia Menor, cuyo tallo tiene de 50 cm a 2 m de altura y en cuyas espigas hay 4 o más hileras de granos ovales, que molidos forman la harina de que

se hace el pan, así como galletas, tortas, sémola, fideos, etc. El grano contiene de 65 a 70% de almidón y de 10 a 15% de gluten, y su cáscara se convierte en salvado. Las especies más importantes son: *Triticum sativum*, *Triticum vulgare*, *Triticum durum*, *Triticum turgidum*, *Triticum colonicum*. Cada una de ellas, a la vez, comprende cultivares y razas. El trigo es una planta herbácea con raíz fasciculada y tallo erguido, dividido en internudos y nudos en los que se insertan hojas lineares, envainantes. El fruto, formado por la cariósida, se dispone en filas ordenadas en la espiga, en número variable. La clasificación más significativa distingue los granos “blandos”, que producen harinas para panificación, y los granos “duros”, destinados a la producción de pastas. El trigo duro es una fuente excelente de magnesio, fósforo, cinc, niacina y potasio. El trigo blando contiene menos proteínas y se utiliza para elaborar harinas de repostería y para los productos de panadería. En los granos germinados está presente un aceite rico en principios endérmicos. Sirve para preparar eficaces mascarillas regenerativas, nutritivas y protectoras. El aceite de germen de trigo está indicado también para preparar lociones capilares, fricciones para antes del baño y diversos tipos de ungüentos protectores. Nombre vulgar: **trigo**. Según el Código Alimentario, 3.17.18. Son los frutos procedentes de las diferentes especies del género *Triticum*, L. Véase: cereales.

Triticum colonicum. véase: *Triticum sp.*

Triticum durum. véase: *Triticum sp.*

Triticum sativum. véase: *Triticum sp.*

Triticum speltum. Familia: gramíneas. Especie de trigo de paja dura y corta, cultivado de forma intensiva en Europa desde comienzos del siglo XX. Es difícil separar los granos de la escanda, ya que están adheridos al cascabillo (el envoltorio exterior del

grano) Este cereal se puede emplear como el arroz una vez descascarillado. La escanda mezclada con trigo duro es panificable. Su valor nutritivo es semejante al del trigo tierno. Véase: cereales. Nombre vulgar: **escanda**.

Triticum turgidum. véase: *triticum sp.*

Triticum vulgare. véase: *triticum sp.*

Triticum x Secale. Familia: gramíneas. Se trata del cereal resultante del cruzamiento de trigo con centeno. Este cereal combina el alto contenido de proteínas del trigo y la elevada cantidad de lisina del centeno. El grano se consume entero, triturado, germinado, en copos o molido. La harina de triticales aumenta el contenido de fibra y de elementos nutritivos de los platos en los que se usa. El triticales se utiliza para elaborar pasta, tortillas y crepes. Utilizado en cereales para desayunos y en panes, sopas, pasteles y crêpes. Su sabor a nuez es producto de la combinación del trigo con el centeno. Véase: granos, cereales y harinas. Véase: cereales. Nombre vulgar: **triticales**.

tritón. Designación oficial española del anfibio: *Charonia tritonis*.

tritón áspero. Designación oficial española del anfibio: *Argobuccinum scabrum*.

tritón atlántico. Designación oficial española del anfibio: *Charonia variegata*.

tritón chileno. Designación oficial española del anfibio: *Argobuccinum ranelliforme*.

tritón del Pacífico. Designación oficial española del anfibio: *Fusitriton cancellatus*.

tritón fruncido. Designación oficial española del anfibio: *Cymatium corrugatum*.

tritón levantino. Designación oficial española del anfibio: *Cymatium cutaceum*.

tritón napolitano. Designación oficial española del anfibio: *Cymatium parthenopus*.

Triton nodifer. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracola**.

tritire. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **machete**.

trituration de sal para alimentación. Véase: manipulación de sal para alimentación.

t-RNA. Abreviatura de: ácido ribonucleico transferidor.

troceado de la canal. Según el Código Alimentario, 3.10.09. d. Manipulación permitida de la carne que consiste en el troceado, dividiendo la canal en distintas piezas o regiones anatómicas. El troceado se realizará en las carnes frescas después de haber sufrido el oreo, bien para su venta inmediata o para someterlas a la acción del frío y convertirlas en refrigeradas o congeladas; en las carnes refrigeradas, si llevan, como máximo, diez días desde que fueron sacrificadas, y en las congeladas, previa descongelación, verificada en condiciones que mantengan inmutables las características de origen de la carne. Véase: Manipulación de carne.

Trochita trochiformis. Designación oficial: **picacho**.

Trochocochlea turbinata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol gris**.

troco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez luna**.

troita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trucha de río; trucha marisca.

troita arco iris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha arco iris**.

trombero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pito real**.

trompa morada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro boquimorada**.

trompero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caramel**.

trompero chileno. Designación oficial española del pez: *Latris hecateia*.

trompero gitano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: caramel; chucla.

trompeta. Designación oficial española del pez: *Aulostomus maculatus*. Sinónimo oficial: Corneta; Trompetero colorado; Trompette.

trompeta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corneta cornetera; corneta flautera.

trompeta. Nombre vulgar catalán de la seta: *Cratrerellus cornucopioides*.

trompeta cendrosa. Nombre vulgar catalán de la seta: *Cantharellus cinereus*.

trompeta de la muerte. Nombre vulgar de la seta: *Cantharellus cornucopioides*.

trompeta de los muertos. Nombre vulgar de la seta: *Cantharellus cornucopioides*.

trompeter. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pito real**.

trompeteret. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pito real**.

trompetero. Designación oficial española del pez: *Balistes scolopax*; *Centris scolopax*; *Centriscus gracilis*; *Centriscus squamosus*; *Macrorhamphosus gracilis*; *Macrorhamphosus japonicus*; *Macrorhamphosus scolopax*; *Mendosoma lineatum*; *Solenostomus scolopax*. Sinónimo oficial: Bécasse de mer; Músico.

trompetero. Nombre vulgar del pez: *Macrorhamphosus scolopax*. *Spicara alcedo*. Designación oficial: chucla; corneta flautera; pipa; pito real; tres colas; trompetero de Juan Fernández.

trompetero australiano. Designación oficial española del pez: *Latris lineata*.

trompetero colorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trompeta**.

trompetero de Juan Fernández. Designación oficial española del pez: *Notopogon fernandezianus*. Sinónimo oficial: Trompetero; Trompudo.

trompetilla. Designación oficial española del pez: *Entelurus aequoreus*.

trompetilla. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano**.

trompette. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trompeta**.

trompudo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trompetero de Juan Fernández**.

tronco de ceniza. Véase: queso tronco de ceniza.

tronquicha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata goete**.

***Tropaelum maius*.** Familia: tropeoláceas. Planta ornamental originaria de América del Sur de hojas, flores y botones comestibles. La capuchina, al principio, recibió el nombre de “berro de las Indias”. Sus hojas y flores son delicadas y se deben consumir lo más frescas posibles. Añaden un toque picante y decorativo a las ensaladas. Se debe incorporar la vinagreta antes de poner las flores para que no se impregnen de aceite. Los botones florales y los frutos de esta planta se emplean para condimentar los manjares, pueden sustituir a las alcaparras. Véase: flores comestibles. Nombre vulgar: **capuchina**, taco de reina. Véase: flores comestibles.

***Tropaeolaceae*.** Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae; apetalae y cho-

ripetaleae (o dialypetaleae) Orden: geraniales (gruinales) Plantas ornamentales con 80 especies Suramericanas y, sobre todo, andinas, de las cuales, cerca de 50 pertenecen al género *Tropaeolum*. Sinónimo: tropeoláceas. Consideramos: Capuchina (*Tropaeolum maius*).

tropeoláceas. Véase: *Tropaeolaceae*.

***Trophon geversianus*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano chileno**.

***Trophon lemellousus*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano chilote**.

***Tropidinius dentatus*.** Pez. Designación oficial: **pargo mulato**.

tróquidos. Véase: *Tochidae*.

trotllú. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **romerillo**.

trozos. Técnica de corte de verduras y hortalizas. Son de tamaño algo mayor que los dados pero no tan uniformes. No es necesario recortar los ingredientes en forma cúbica. Véase: técnicas de corte de verduras.

trozos de cordero. Cordero tierno cortado en dados para emplear en cocidos y guisos. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

trozos de gulash. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. La carne troceada de la espaldilla es magra y tiene un sabor intenso y aromático, ideal para guisos. Véase: espaldilla.

trucha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata rayada; trucha arco iris. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Trucha	
Energía (kJ)	375,36
Fósforo (mg)	250,00
Potasio (mg)	250,00
Energía (kcal)	89,80
Sodio (mg)	60,00

Colesterol (mg)	56,00
Porción comestible	52,00
Magnesio (mg)	28,00
Calcio (mg)	26,00
Proteína (g)	15,70
Vitamina A (µg eq. retinol)	14,00
Niacina (mg eq. niacina)	5,10
Grasa (g)	3,00
Hierro (mg)	1,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,98
Cinc (mg)	0,80
Grasa moninsaturada (g)	0,67
Grasa saturada (g)	0,39
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Fibra (g)	0,00
Yodo (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	tr.
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	tr.
Vitamina E (mg)	

trucha ahumada. Sabor ahumado delicado. La piel se desprende fácilmente de la carne rosada. Se puede guardar en la nevera durante una semana y se sirve de aperitivo en tostadas con mantequilla o en ensaladas. Véase: pescados y mariscos ahumados.

trucha alpina. Designación oficial española del pez: *Salmo alpinus*; *Salmo kundsha*; *Salmo leucomaenis*; *Salmo savelinus*; *Salmo umbla alpinus*; *Salvelinus alpinus*. Sinónimo oficial: Amaurain arktikoa; Salvelino; Truita alpina.

trucha alsaciana. Cruce trucha de fontana y de lago: *Salvelinus fontinalis* x *Salvelinus alpinus salvelinus*).

trucha arco iris. Designación oficial española del pez: *Salmo gairdnerii*; *Salmo irideus*; *Salmo irideus shasta*; *Salmo trutta gairdneri*. Sinónimo oficial: Amuarra iuztargi; Amurraín ortzadarra; Troita arco iris; Trucha; Truita irisada. Pescado de agua dulce de excelente sabor. Su carne blanda

y jugosa es de color blanco a rosado. El macho se puede identificar por sus motas oscuras y las franjas rojas laterales que van desde la cabeza a la cola. Se consume pochado, a la plancha, o asada al horno o a la parrilla. Se comercializa también ahumada. Véase: pescados.

trucha asalmonada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trucha de río; trucha marisca. Éste es la trucha arco iris que ha bajado el río hasta el mar, para vivir en agua salada. Tiene un tamaño muy grande, su carne es de color pálido y su sabor delicado. La mejor manera para cocinarlo es pocharlo, pero también se puede asar al horno. Se puede comprar en filetes y rodajas. Existe también una variedad ahumada. Véase: pescados; cultivo de salmón y trucha marisca; colorantes. Sinónimo: trucha salmonada.

trucha café. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha de río.**

trucha común. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trucha de río; trucha marisca.

trucha coral. (*Plectropomus maculatus*) Pez de agua caliente que vive entre los corales. Tiene carne blanca de textura consistente y sabor dulce. Se vende en piezas enteras o en filetes. El pescado entero y los filetes grandes se deben marcar antes de cocinar. Se consume asado al horno o la parrilla, a la plancha o pochado. Véase: pescados.

trucha cutthroat. Nombre vulgar del pez: *Salmo clarki*.

trucha de arena. Nombre vulgar del pez: *Peropsis transmontana*. Designación oficial: **corvinata de arena.**

trucha de arroyo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trucha de río; trucha marisca.

trucha de fontana. Nombre vulgar del pez: *Salvelinus fontinalis*.

trucha de fontana dolly varden. Nombre vulgar del pez: *Salvelinus malma*.

trucha de lago. Nombre vulgar del pez: *Salmo trutta lacustris*; *Salvelinus alpinus salvelinus*.

trucha de lago americana. Nombre vulgar del pez: *Salvelinus namaycush*. Designación oficial: **trucha lacustre.**

trucha de lago europea. Designación oficial española del pez: *Salmo trutta carpio*; *Salmo trutta lacustris*; *Salmo trutta lemanus*; *Salmo trutta levenensis*.

trucha de los lagos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trucha de río; trucha marisca.

trucha de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata pintada; trucha marisca.

trucha de río. Designación oficial española del pez: *Salmo fario*; *Salmo trutta fario*. Sinónimo oficial: Amuarrain; Arramkari; Izoki amurrain; Izun; Troita; Trucha asalmonada; Trucha café; Trucha común; Trucha de arroyo; Trucha de los lagos; Trucha lochleven; Truita; Truyta.

trucha de río. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha marisca.**

trucha del lago Leven. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha marisca.**

trucha dorada. Nombre vulgar del pez: *Salmo aguabonita*. Famoso miembro de las truchas, se emplea igual que la trucha arco iris. Véase: pescados.

trucha gris. Nombre vulgar del pez: *Cynoscion regalis*.

trucha lacustre. Designación oficial española del pez: *Cristivomer namaycush*; *Salvelinus namaycush*. Sinónimo oficial: Laku amuarrain amerikarra; Trucha de lago americana; Truita d'estany americana; Truita de llac americana.

trucha lochleven. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trucha de río; trucha marisca.

trucha marina. Nombre vulgar del pez: *Salmo trutta trutta*. Designación oficial: **trucha marisca**.

trucha marisca. Designación oficial española del pez: *Salmo carpio*; *Salmo lemanus*; *Salmo levenensis*; *Salmo trutta trutta*; *Trutta marina*; *Trutta variabilis*. Sinónimo oficial: Alborna; Amnarrain; Amorai; Arrainkila (joven); Arrenkari; Itsas amuarraina; Itxas perka; Izun; Marisca; Reo; Troita; Trucha Lochleven; Trucha asalmonada; Truchabical; Trucha común; Trucha de arroyo; Trucha de los lagos; Trucha de mar; Trucha de río; Trucha del lago Leven; Trucha marina; Trucha salmonada; Truita; Truita de mar; Truyta. Véase: cultivo de salmón y trucha marisca.

trucha norteamericana. Designación oficial española del pez: *Salmo aguabonita*; *Salmo clarki*; *Salmo gilae*; *Salmo clarki clarki*.

trucha plateada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata plateada**.

trucha salmonada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha marisca**. Sinónimo: trucha asalmonada.

truchabical. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha marisca**.

truchas a la Nalona. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** trucha, patata, vino blanco o jerez, cebolla, manteca, ajo, jamón, perejil, caldo, harina, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

truchas a la navarra. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “pescados”. Cocina de Navarra. La trucha, abundante en nuestros ríos de montaña, supone un plato muy apreciado y valorado en el recetario español. Se puede elaborar de muy diversas maneras, aunque hay que reconocer que el estilo navarro es el más popular y, posiblemente, el más completo. **Ingredientes:** truchas, lonchas de jamón, patatas, limones, harina, aceite, sal.

truchas a la plata. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 20 minutos. **Ingredientes:** trucha, sal, pimienta, ajo, perejil, aceite de oliva, rectángulo de papel de aluminio. Véase: pescados y mariscos en la cocina clásica.

truchas alto pirineo. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. **Ingredientes:** trucha, jamón serrano, pimiento, aceite, guindilla, vinagre, sal. Véase: pescados y mariscos en la cocina clásica.

truchas con dátiles al estilo marroquí. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 30 minutos; tiempo de cocción 25 minutos. **Ingredientes:** trucha, dátiles picados, arroz cocido, cebolla, almendras, cilantro fresco, canela molida, mantequilla fundida, pimienta molida, jengibre en polvo, azúcar, canela en polvo. Véase: pescados en la cocina de Marruecos.

truchas con piñones. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 30 minutos, más el tiempo de adobo. **Ingredientes:** trucha, loncha de beicon, piñones, mantequilla, limón, agua, perejil, sal, aceite de oliva. Véase: pescados y mariscos en la cocina clásica.

truchas con salsa de gambas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 50 minutos. **Ingredientes:** trucha, caldo de pescado, vino blanco seco. **Salsa:** gambas peladas, brandy, mostaza, ketchup, mahonesa espesa. **Guarnición:** huevo duro, tomate, rodaja de limón, lechuga. Véase:

se: pescados y mariscos en la cocina clásica.

truchas del Asón con tocino. Plato de la cocina de Cantabria perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** Véase: cocina de Cantabria

truchas del Asón rellenas. Plato de la cocina de Cantabria “Ruesga” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** truchas, tocino, anchoas, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria

truchas del Nansa escabechadas. Plato de la cocina de Cantabria “Herrerías” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** truchas, vino blanco, vinagre, ajo, laurel, pimienta negra, pimentón, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria

truchas en escabeche. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** trucha, cebolla, limón, vinagre, laurel, clavo, pimienta en grano, perejil, tomillo, aceite. Véase: cocina de Asturias; cocina de Cantabria. Sinónimo: truchas escabechadas.

truchas en papillote. Plato de la cocina de Cantabria “Saro” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** trucha, puerro, zanahoria, hinojo, caldo de pescado, crema de leche, sal. Véase: cocina de Cantabria

truchas escabechadas. Véase: truchas en escabeche.

truchas rellenas a la jujeña. Plato integrante de la cocina con pescado de Argentina. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 20 minutos. **Ingredientes:** trucha, perejil picado, cebolla, mantequilla, cebollino, laurel, tomillo, tomate mondado y majado, sal, pimienta, jerez, aceite. Véase: pescados en platos internacionales.

truchas rellenas con cebollas y cocida en vino tinto. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pescado”. **Ingredientes:** cebolla, mantequilla, sal, pimienta, azúcar, perejil, vino tinto, cebollitas, bouquet garni, truchas limpias y sin espina central, caldo de ternera, champiñones torneados, jugo de limón. Para las **patatas con cebolla:** patatas, mantequilla, atado de cebollas. Nombre en Francia: truites farcies a l'oignon au vin. Véase: pescado en la cocina de Francia.

truchona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cerdo marino**.

Triculariopsis trunculus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano**.

Trudis bassensis. Pez. Designación oficial: **zapatero australino**.

Trudis caeruleopunctatus. Pez. Designación oficial: **zapatero australino**.

trufa bastarda. Nombre vulgar de la planta: *Helianthus tuberosus*.

trufa blanca. Otro nombre de la seta: *Tuber magnatum*.

trufa china. Véase: truffle potato. Véase: patatas.

trufa de almizclada. Nombre vulgar de la seta: *Tuber brumale*.

trufa de ciervo. Nombre vulgar de la seta: *Elaphomyces cervinus*.

trufa de ciervo. Nombre vulgar de la seta: *Elaphomyces muricatus*.

trufa de invierno. Nombre vulgar de la seta: *Tuber brumale*.

trufa de León. Nombre vulgar de la seta: *Terfezia arenaria*.

trufa de meandros. Nombre vulgar de la seta: *Choiromyces meandriformis*.

trufa de Périgord. Nombre vulgar de la seta: *Tuber melanosporum*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Trufa de Périgord	
Potasio (mg)	431,00
Energía (kJ)	373,07
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	89,25
Sodio (mg)	77,00
Fósforo (mg)	62,00
Magnesio (mg)	28,00
Calcio (mg)	24,00
Fibra (g)	16,54
Carbohidratos (g)	13,00
Proteína (g)	9,00
Hierro (mg)	3,50
Grasa (g)	0,50
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
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)	

trufa de verano. Nombre vulgar del hongo: *Tuber aestivum*.

trufa del pobre. Otro nombre de la seta: *Craeterellus cornucopiodes*.

trufa francesa. Nombre vulgar de la seta: *Tuber melanosporum*.

trufa negra. Nombre vulgar de la seta: *Tuber melanosporum*.

trufa negra. Nombre vulgar de la seta: *Tuber nigrum*.

trufas de nuez. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

truffle potato. Véase: patata truffle potato.

trugueta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

truguete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

truita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: salmón; trucha de río; trucha marisca.

truita alpina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha alpina**.

truita d'estany americana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha lacustre**.

truita de llac americana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha lacustre**.

truita de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha marisca**.

truita de riu. Nombre vulgar catalán del pez: *Salmo trutta*. Sinónimo: **trucha**.

truita irisada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha arco iris**.

truite de mer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bombache de roca; corvina de fondo; corvinata amarilla; corvinata blanca; corvinata cambucú; corvinata dorada; corvinata goete; corvinata tonquicha; corvineta azul; corvineta blanca; corvineta caimuire; corvineta ruyo; corvinón brasileño; corvinón rayado; lambe caletero; lambe zorro; verrugato maroto.

truja. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cerdo marino**.

trujeta. Nombre vulgar del pez: *Symphodus rostratus*. Designación oficial: **tordo picudo**.

trujidero. Variedad de uva tinta. Véase: uva moravia.

trumpeté. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pito real**.

trunfau. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **paparda**.

trute de mer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe verrugato**.

Trutta marina. Pez. Designación oficial: **trucha marisca**.

Trutta variabilis. Pez. Designación oficial: **trucha marisca**.

truttes farcies a l'oignon au vin. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pescado”. Nombre español: **truchas rellenas con cebollas y cocida en vino tinto**. Véase: pescado en la cocina de Francia.

truyta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trucha de río; trucha marisca.

Trygon aldrovandi. Pez. Designación oficial: **pastinaca espinosa**.

Trygon aspera. Pez. Designación oficial: **pastinaca espinosa**.

Trygon brucco. Pez. Designación oficial: **pastinaca espinosa**.

Trygon gesneri. Pez. Designación oficial: **pastinaca espinosa**.

Trygon lymna. Pez. Designación oficial: **pastinaca**.

Trygon pastinaca. Pez. Designación oficial: **pastinaca**.

Trygon pastinaca marmorata. Pez. Designación oficial: **pastinaca**.

Trygon thalassia. Pez. Designación oficial: **pastinaca espinosa**.

Trygon violacea. Pez. Designación oficial: **escursana**.

Trygon violaceus. Pez. Designación oficial: **escursana**.

Trygon vulgaris. Pez. Designación oficial: **pastinaca**.

tsataki. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **draco tsataki**.

tsatsiki. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre griego de: sopa fría de yogur y pepino.

tsernia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anjova**.

tsoi pe tsa ji gai. Nombre del plato de la cocina de China. Nombre español: pollo frito crujiente.

tsukudani. Es un alimento de humedad intermedia hecho de pescado cocido, gambas y otros mariscos con salsa de soja, azúcar y saké dulce. También se elabora tsukudani de krill.

tuatua. Designación oficial española del molusco: *Paphies subtriangulatum*.

tubarao-rapôsa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zorro**.

Tuber aestivum. Familia: tuberáceas. Género: tuber. Características: Gleba no pulverulenta en la madurez. La corteza no tiene más de una capa. Receptáculos generalmente verrugosos y carnosos. Gleba carnosa marmórea con venas laberintiformes. Esporas oscuras, oblongas, espinosas o reticuladas. Sub-características: Receptáculos grandes, negruzcos con verrugas muy gruesas y piramidales. Gleba blanca, luego

marrón. La trufa de verano es muy temprana, y la época en que se encuentra comienza en el mes de agosto. Es una trufa grande, de forma irregular, ovoide, llena de protuberancias. Es de color marrón oscuro o negro rojizo y lleva sobre toda su superficie unas verrugas cortadas, piramidales y estriadas transversalmente. El interior es, al principio, blanco amarillento, pero más tarde se va tornando pardusco. Está Surcado por venas blancas ramificadas. La trufa de verano se encuentra en toda Europa sobre terrenos calcáreos; bajo los abedules, los robles, y las hayas. Es bastante frecuente, y se localiza fácilmente buscando entre las hojas muertas, ya que suele estar poco enterrada. La gleba interna es muy compacta, de olor intenso y aromático, y sabor a nuez. Esta especie es de aroma agradable y comestible, aunque no es tan exquisita como la *Tuber melanosporum*. Se considera de buena calidad y se consume en tortilla o asadas bajo brasas, envueltas en papel de aluminio. De esta forma conservan perfectamente su aroma. Véase: *Tuber magnatum*. Nombre vulgar: **trufa de verano**, criadilla de tierra. En catalán: **magenc**; **tófana blanca**. En vascuence: **udako boillur**.

Tuber albidum. Familia: tuberáceas. Nombre vulgar: **monegrillo**. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en el Sur de España. *Tuber albidum*, Caes. Véase: setas comestibles.

Tuber album. Otro nombre de la seta: *Tuber magnatum*.

Tuber brumale. Familia: tuberáceas. Género: tuber. Características: Gleba no pulverulenta en la madurez. La corteza no tiene más de una capa. Receptáculos generalmente verrugosos y carnosos. Gleba carnosa marmórea con venas laberintiformes. Esporas oscuras, oblongas, espinosas o reticuladas. Sub-características: Receptáculos globosos muy irregulares, negruzcos con verrugas poligonales pequeñas. Gleba blanca, luego negruzca. Esta trufa tiene el tamaño y la forma de un

huevo de gallina. Es completamente negra, como la trufa del Périgord (*Tuber melanosporum*), pero de mayor tamaño que ésta. Tiene una carne gris con verrugas más pequeñas (2 a 3 mm) Su parte superior está perforada. El interior, es decir, el himenio, tiene un color negro ceniciento, y está Surcado por venas blancas irregulares. La trufa de invierno vive en terrenos calcáreos en los bosques de robles. Es de buena cvalidad, pero su perfume está lejos del inigualable aroma de la trufa del Périgord. Como ocurre con la trufa de verano (*Tuber aestivum*), esta trufa de invierno (*Tuber brumale*) se vende también como sucedáneo de la auténtica trufa de Périgord (*Tuber melanosporum*) Nombre vulgar: **trufa de invierno**. En catalán: **tófana**; **tófana d'hivern**. En vascuence: **boillur beltza**; **neguko boillur**. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en toda la península ibérica. *Tuber brumale*, Vitt. Véase: setas comestibles.

Tuber cibarium, Familia: tuberáceas. Especie de trufa. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea, en toda la península ibérica, excepto el Norte. *Tuber cibarium*, Bull. Véase: setas comestibles. Nombre vulgar: **criadilla de tierra** (toda la Península, excepto el Norte).

Tuber griseum. Otro nombre de la seta: *Tuber magnatum*.

Tuber magnatum. Familia: tuberáceas. Género: tuber. Características: Receptáculos generalmente verrucosos y carnosos. Gleba carnosa marmórea con venas laberintiformes. Esporas oscuras, oblongas, espinosas o reticuladas. Los carpóforos presentan una forma variada irregular, que va desde la globosa a la tuberiforme, unas veces con superficie lisa y otras con esta sinuosa, incluso amamelonada. Su tamaño también cambia enormemente, pues se pueden observar ejemplares desde 2 cm hasta aquellos otros que superan los 20 cm de diámetro. El peridio es de color claro, con tonalidades que

van desde el blanco sucio, hasta el amarillo ocráceo, a veces con suaves irisaciones verdosas o violáceas. La gleba comienza siendo blanca, y a medida que va madurando se torna amarillenta, y finalmente gris rosada, con numerosas venas ramificadas por toda la masa de color blanco. En fresco, al cortarla, desprende un fuerte y penetrante olor, bastante desagradable para los no familiarizados con esta trufa, que recuerda al marisco pasado, o aliento de persona que ha comido ajos y no se ha lavado la boca después. Crece en suelos calcáreos, bajo planifolios, principalmente en bosques de *Quercus cerris*, fructificando desde septiembre hasta diciembre. En cuanto a su distribución queda reducida a Italia prácticamente, aunque también ha sido citada en algunas ocasiones en Francia. * Es, sin lugar a dudas, la trufa más codiciada en Italia, donde se llega a pagar 300 euros el kilogramo. Lo cual significa que es un manjar de millonarios a pesar del intenso y desagradable aroma que desprende. En España todavía no ha sido localizada esta trufa y es muy probable que no exista. Se están realizando ensayos de cultivo artificial, pero hasta el momento han sido infructuosos. Nombre vulgar: **trufa blanca**, tartufo bianco; tartufo del Piamonte. Sinónimo: *Tuber griseum*; *Tuber album*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Trufa blanca	
Potasio (mg)	526,00
Energía (kJ)	234,08
Sodio (mg)	77,00
Agua (g)	69,00
Fósforo (mg)	62,00
Energía (kcal)	56,00
Calcio (mg)	24,00
Magnesio(mg)	24,00
Fibra (g)	16,00
Carbohidratos (g)	7,40
Proteína (g)	5,50
Hierro (mg)	3,50
Grasas totales (g)	0,50

Colesterol (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Flúor (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	tr.
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	

Tuber melanosporum. Familia: tuberáceas. Género: tuber. Características: Gleba no pulverulenta en la madurez. La corteza no tiene más de una capa. Receptáculos generalmente verrugosos y carnosos. Gleba carnosa marmórea con venas laberintiformes. Esporas oscuras, oblongas, espinosas o reticuladas. Sub-características: Receptáculos grandes, negros, con verrugas muy marcadas. Carne negra violácea. A diferencia de otras especies del mismo género, las venas que recorren la carne están enmarcadas en dos líneas traslúcidas. Hongo subterráneo, comestible, de olor fuerte y aromático, forma redonda, de 2,5 a 10 cm de diámetro, color negro grisáceo, cubierto de verrugas; se da silvestre entre las raíces de los abetos, robles y encinas, a veces hasta 30 cm de profundidad, en varios países europeos (Inglaterra, Sur de Francia, Norte de Italia); para encontrarlo se emplean perros y cerdos amaestrados que los husmean; es bocado exquisito y costoso, usado más que todo como condimento y aderezo; existen muchas especies y variedades. Es la auténtica trufa de Périgord. Se trata de una especie muy tardía que sólo se recoge a partir de diciembre, en los robledales. Los profesionales que las recolectan se sirven de perros especialmente adiestrados. Hay también otro sistema; las larvas de cierta especie de mosca roja viven en los carpóforos maduros de este hongo. Así, basta localizar ejemplares adultos de esta mosca para encontrar próximas las trufas. * Es la más codiciada de todas las trufas que existen en España, alcan-

zando precios de hasta 60.000 ptas/kg en años de escasez. La abundancia o escasez de esta trufa negra está en función de las condiciones climáticas; años ricos en lluvias, dan lugar a grandes cosechas, mientras que cuando el año es seco, la producción es muy pequeña y esto hace que se incrementen los precios. Al ser un hongo que se mantiene siempre bajo tierra, su localización es difícil o imposible sin la ayuda de perros adiestrados. Se ha escrito mucho sobre las características que deben reunir estos perros, pero la verdad es que no importa ni la raza ni el tamaño, sin que se puedan dar normas al respecto para su adiestramiento. Puede ocurrir que incluso dos perritos hermanos que han pasado por el mismo proceso de adiestramiento se comporten después de forma totalmente distinta. En la actualidad, ya se puede cultivar la trufa negra, empleando plántulas de encinas o de otras especies apropiadas que han sido previamente inoculadas con el hongo. Existen casas comerciales en Barcelona y Soria donde se pueden adquirir dichas plantas para después cultivarlas en suelos calizos. Nombre vulgar: trufa negra, trufa francesa, **trufa de Périgord**. En catalán: **tófana negra**. En vascuence: **grisola jator**. Sinónimo: *Tuber nigrum*. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada. *Tuber melanosporum*, Vitt. Véase: setas comestibles.

Tuber nigrum. Otro nombre del hongo: *Tuber melanosporum*.

Tuberaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: ascomycetes (hongos con asca) Subclase: discomycetes. Orden: tuberales. Aparatos esporíferos subterráneos y relativamente voluminosos, con muchas cámaras de irregular sinuosidad y con las paredes revestidas por el himenio. Ascosporas con 1-8 ascósporas. Micelio filiforme, en relación con plantas arbóreas de diversas especies, formando las micorrizas. No se conocen formas conidiales. En la familia; las cavidades o galerías del aparato esporífero se abren al exterior. Las tru-

fas tienen la particularidad de ser siempre subterráneas y vivir asociadas con diversos vegetales formando asociaciones con las raíces de las plantas. Las trufas son muy apreciadas y caras; existen varias especies. Las más solicitadas son las de Périgord, (*Tuber melanosporum*) pero la trufa blanca (*Tuber magnatum*), concretamente la de Alba (Italia), también es muy apreciada. Las trufas se pueden consumir crudas, cocidas, en forma de concentrado, en zumo, en salsa o en esencia. Se incluyen en diversos alimentos, como el paté y el foie-gras, y aromatizan rellenos, salsas, platos de pasta, arroces y huevos. Consideramos. **Género tuber**: *Tuber aestivum*, *Tuber albidum*, *Tuber brumale*, *Tuber cibarium*, *Tuber magnatum*, *Tuber Melanosporum*. **Género choiromyces**: *Choiromyces meandriformis*, **Género hydnotria**: *Hydnotria tulasnei*. Sinónimo: tuberáceas.

tuberáceas. Familia de hongo. Véase: *tuberaceae*.

tubérculos. Son tallos subterráneos de algunas plantas ricos en sustancias de reserva. Sus yemas se conocen vulgarmente con el nombre de "ojos". Como tubérculos comestibles consideramos: Aguaturma / Tupinambo (*Helianthus tuberosus*); Batata blanca (*Ipomoea batatas*); Batata roja (boniato) (*Ipomoea batatas*); Boniato (*Ipomoea batatas*); Chufa (*Cyperus esculentus*); Estáquide (*Stachys* sp.); Judía ñame (*Pachyrhizus erosus*; *Pachyrhizus tuberosus*); Mandioca (*Manihot utilissima*; *Manihot dulcis*), Ñame (*Oxalis crenata*); Patata (*Solanum tuberosum*), Taro (*Colocasia esculenta*); Tupinambo (*Helianthus tuberosus*); Yuca (*Yucca gloriosa*) Véase: tubérculos y derivados.

tubérculos y derivados. Según el Código Alimentario, Capítulo XIX. 3.19.00. Consta de: Sección 1ª **Patatas**. Sección 2ª **Derivados de las patatas**. Sección 3ª **Otros tubérculos y sus derivados**. Véase: Alimentos y bebidas.

tuberculosis. (del olivo) Es una enfermedad distribuida en todo el área de cultivo del oli-

vo; la bacteria causante se denomina actualmente *Pseudomonas syringae*.

tubi. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia; clasificada en el grupo de los tubi (tubos) Su nombre indica claramente la forma de esta pasta. Consideramos: boccolotti, cavatappi, chifferi lisci, chifferi rigati, denti d'elefante, elicoidali, garganelli, gigantoni, maccheroni lisci, maccheroni, macheroni rigati, millerighe, penne, rigatoni. Véase: pasta alimenticia compuesta. Nombre español: **tubos**.

***Tubiporus aereus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus aereus*.

***Tubiporus aestivalis*.** Otro nombre de la seta: *Boletus reticulatus*.

***Tubiporus albidus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus vitellinus*.

***Tubiporus appendicularis*.** Otro nombre de la seta: *Boletus appendicularis*.

***Tubiporus calopus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus calopus*.

***Tubiporus Dupainii*.** Otro nombre de la seta: *Boletus Dupainii*.

***Tubiporus edulis*.** Otro nombre de la seta: *Boletus edulis*.

***Tubiporus erythropus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus erythropus*.

***Tubiporus erythropus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus erythropus*.

***Tubiporus eupachypus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus pachypus*.

***Tubiporus fechneri*.** Otro nombre de la seta: *Boletus pallescens*.

***Tubiporus fragans*.** Otro nombre de la seta: *Boletus fragans*.

***Tubiporus impolitus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus imolitus*.

***Tubiporus luridus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus luridus*.

***Tubiporus miniatoporus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus erithropus*.

***Tubiporus pachypus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus pachypus*.

***Tubiporus pallescens*.** Otro nombre de la seta: *Boletus pallescens*.

***Tubiporus pinicola*.** Otro nombre de la seta: *Boletus pinophilus*.

***Tubiporus purpureus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus purpureus*.

***Tubiporus queletii*.** Otro nombre de la seta: *Boletus queletii*.

***Tubiporus regius*.** Otro nombre de la seta: *Boletus regius*.

***Tubiporus reticulatus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus reticulatus*.

***Tubiporus rhodoxanthus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus rhodoxanthus*.

***Tubiporus satanas*.** Otro nombre de la seta: *Boletus satanas*.

***Tubiporus torosus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus torosus*.

***Tubiporus vitellinus*.** Otro nombre de la seta: *Boletus vitellinus*.

tubo de calamar. El cuerpo del calamar, sin piel, se suele guisar, asar y preparar para relleno o se corta en anillas para rebozar. Véase: marisco.

tubos. Véase: *tubi*.

tubota. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rodaballo**.

tuburón lamia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lamia**.

tuca. Véase: nuez de tuca.

tudanca. Véase: vaca Tudanca.

tuerta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

tuerto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

tuétano. Sustancia blanda muy rica en grasa que se encuentra en la parte interior del hueso. Normalmente se escalfa y se corta en láminas. Acompaña la carne de vaca a la parrilla, el cardo, las tortitas y el cocido; además, aromatiza los fondos y las sopas, y sirve para preparar salsas de carne y pescado. Se compra por peso o congelado. Véase: despojos.

Tulasneinia leonis. Otro nombre de la seta: *Terfezia arenaria*.

Tulasnellaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas). División: fungi. Clase: basidiomycetes. Subclase: hymenomycetes. Orden: hymeniales.

tulipán príncipe. Designación oficial española del molusco: *Fasciolaria princeps*; *Pleuroplaca princeps*.

tulipán salmón. Designación oficial española del molusco: *Fasciolaria salmo*; *Pleuroplaca salmo*. Sinónimo oficial: Caracol.

tulipán verdadero. Designación oficial española del molusco: *Fasciolaria tulipa*.

Tulostoma brumale. Familia: licoperdáceas (en sentido lato) Familia: tulostomaceae. Género: tulostoma. Características: Pie relativamente largo, muy enterrado en el suelo. Sub-características: Peridio color grisá-

ceo ceniza. Pie no escamoso. Sinónimo: *Tulostoma mammosum*.

Tulostoma frimbiatum. Otro nombre de la seta: *Tulostoma granulosum*.

Tulostoma granulosum. Familia: licoperdáceas (en sentido lato) Familia: tulostomaceae. Género: tulostoma. Características: Pie relativamente largo, muy enterrado en el suelo. Sub-características: Peridio color crema o gris claro. Pie escamoso. No tiene importancia práctica. Sinónimo: *Tulostoma frimbiatum*.

Tulostoma mammosum. Otro nombre de la seta: *Tulostoma brumale*.

Tulostomaceae. 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. Es la menos importante de las que constituyen la gran familia de las Lycoperdaceas en sentido lato. El pie de sus especies es relativamente largo comparado con las otras y está muy enterrado en el suelo. Sinónimo: tulostomáceas. Consideramos. **Género tulostoma:** *Tulostoma brumale*, *Tulostoma granulosum*.

tulostomáceas. Véase: tulostomaceae

tulsi. Nombre vulgar de la planta: *Ocimum sanctum*.

tumaro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo cunaro**.

tumbacuartillos. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprí-nico; eretismo cardiovascular.

tumbas. Nombre que se da en Cantabria a las huevas de pescado, que pueden ser de verde.

tumbet mallorquín. Plato de la “cocina de España” y del Mediterráneo perteneciente

al grupo de “ensaladas”. Es el plato de la cocina de Baleares de la berenjena. Un plato para todos los gustos porque es bueno tanto frío, como caliente o templado. Y un excelente acompañamiento para pescados y carnes. Cocina de Baleares. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** patatas, berenjenas, pimientos verdes, tomates, ajo, huevo, azúcar, perejil, pimienta, aceite, sal. Véase: verduras al horno; verduras y setas.

tuna. Nombre vulgar mejicano de la planta: *Opuntia ficus indica*.

tuna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **patudo**.

tunco. En Honduras y Méjico, cerdo.

tung bao. Nombre tailandés de una variedad de la planta: *Crysanthemum coronarium*.

tung bao. Véase: hojas de crisantemo.

tunicina. Polisacárido (C₆H₁₀O₅)_n. Celulosa animal; sustancia análoga a la celulosa, que forma la envoltura de los tunicados y ascidias. Véase: hidratos de carbono.

tuno. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rabil**.

tuno de aleta amarilla. Pez. Véase: **rabil**.

tuno de aleta amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rabil**.

tunyina. Pez. Véase: **atún del Atlántico**.

tunyina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

tunyiña. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

tunyna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bacoreta**.

tuñina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: atún del Atlántico; bacoreta.

tupinambo. Nombre vulgar de la planta: *Helianthus tuberosus*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Tupinambo	
Potasio (mg)	480,00
Energía (kJ)	121,22
Fósforo (mg)	80,00
Agua (g)	78,90
Energía (kcal)	29,00
Magnesio(mg)	20,00
Fibra (g)	13,00
Calcio (mg)	10,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	4,00
Carbohidratos (g)	4,00
Hierro (mg)	3,70
Proteína (g)	2,40
Vitamina A (µg eq. retinol)	2,00
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	1,30
Grasas totales (g)	0,40
Tiamina (B ₁) (mg)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,06
Colesterol (mg)	0,00
Flúor (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	tr.
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina E (mg)	

turanosa. Véase: carbohidratos.

turbante del Pacífico. Designación oficial española del molusco: *Turbo fluctuosus*. Sinónimo oficial: Caracol negro.

turbante magnífico. Designación oficial española del molusco: *Turbo magnificus*.

turbante saxo. Designación oficial española del molusco: *Turbo saxosus*.

Turbinidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: moluscos.

Clase: gasterópodos. Subclase: prosobranquios. Orden: diotocardios. Suborden: troquinados. Con algunos cientos de especies, esta gran familia de caracoles está representada en todo el mundo. Sus conchas son muy parecidas a la de los caracoles de playa, pero con paredes más gruesas. La mayoría de las especies tienen una fuerte tapa calcárea con la que pueden cerrar la concha. Sinónimo: turbínidos, caracoles de boca redonda. Consideramos: peonza rugosa (*Astraea rugosa*, antes *Turbo rugosus*), alcuza verde (*Turbo marmoratus*), peonza rugosa cornuda (*Turbo cornutus*).

turbínidos. Véase: *Turbinidae*.

turbio. Véase: vino turbio.

***Turbo cornutus*.** Familia: turbínidos. La concha de color marrón oro, de forma irregular y poco vistosa, que tiene de 7 a 10 cm de diámetro y acaba en punta, suele estar provista de 2 líneas de protuberancias por púas. En las aguas tranquilas suelen carecer de púas. Esta especie de caracoles, bastante apreciada, vive de 4 a 10 m de profundidad en las costas de Corea y en las japonesas, entre el Sur de Hokkaido y Kiushy. Tiene una importancia considerable en la cocina japonesa. Nombre vulgar: **peonza rugosa cornuda**. Designación oficial: **caracol gris**.

***Turbo fluctuosus*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **turbante del Pacífico**.

***Turbo magnificus*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **turbante magnífico**.

***Turbo marmoratus*.** Familia: turbínidos. La gran concha de paredes gruesas de este caracol, que acaban en punta, tiene un diámetro de 15 a 28 cm. La superficie verde está surcada por rayas en forma de anillos de colores marrón blanco o marrón. La amplia abertura tiene un brillo de color rosa nácar. Su hábitat se prolonga desde el Mar Rojo hasta el Mar del Sur. Allí, los caracoles están a profundidades de 15 hasta 40 m. Los nativos de las islas del Pacífico no sólo co-

men su carne, sino que también elaboran con sus conchas botones y objetos de adorno. Debido a su pesca abusiva, algunos Estados del Pacífico han prohibido su exportación. Nombre vulgar: **alcuza verde**.

***Turbo rugosus*.** Otro nombre del molusco: *Astraea rugosa*.

***Turbo saxosus*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **turbante saxo**.

turbot. Nombre vulgar catalán del pez: *Psetta maxima*. Sinónimo: **rodaballo**.

turbot poele aux gepes et pleurottes. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pescado”. Nombre español: **rodaballo frito con setas**. Véase: pescado en la cocina de Francia.

turbota. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rodaballo**.

turbotière. Marmita especial para el cocinado del rodaballo (*Scolptalmus maximus*)

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

***Turdidae*.** 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: passeriformes. Suborden: passerinos. Sinónimo: túrdidos. Consideramos: zorzal común (*Turdus philomelos*), zorzal real (*Turdus pilaris*).

túrdidos. Véase: *Turdidae*.

***Turdus philomelos*.** Familia: túrdidos. Mide unos 23 cm, presenta las partes superiores de tonos parduscos, el pecho y los flancos amarillos con manchas negras estrechas y pequeñas. La cola es de color marrón rojizo, la parte inferior de la cola blanco crema; las primarias y secundarias son de color marrón oscuro, casi negras. Los cobertores alares

forman 2 franjas alares con la extremidad amarilla. En vuelo se observan las zonas axilares y las infraalares de color marrón ocráceo. Los individuos jóvenes presentan una serie de bandas dispuestas en las partes superiores. Habita bosques, jardines, parques. En Europa, Asia, África septentrional. Especie introducida en Nueva Zelanda y Nuevas Hébridas. El zorzal común se alimenta a base de invertebrados (gusanos, moluscos, insectos, arañas) y también aprovecha sustancias vegetales (cerezas, higos, fresas, manzanas. Peras, etc) Nombre vulgar: **zorzal común**. Según el Código Alimentario, 3.11.03. c. Véase: clasificación de las aves.

Turdus pilaris. Familia: túrdidos. Mide unos 25 cm, presenta la cabeza, nuca y dorso de color gris pálido, casi castaño; el obispillo es castaño, la cola negruzca. El píleo presenta una serie de listas negras; el pecho y la garganta son de color marrón con listas negras. El resto de las partes inferiores son blancas con los flancos manchados de negro. En vuelo se observan la zona de debajo de las alas y de la cola blancas. Habita bosques de coníferas y mixtos, parques, claros junto a los bosques. En Europa y Asia. El zorzal real se alimenta de sustancias vegetales (semillas, frutos, bayas) y de invertebrados (insectos, moluscos, gusanos). Emite una voz característica, además del canto y de otros sonidos, que suena a “cia-cia-cia-ciack”. Nombre vulgar: **zorzal real**. Según el Código Alimentario, 3.11.03. c. Véase: clasificación de las aves.

turingia. Véase: gallina de Turingia.

turmas. Despojo cárnico. Véase: testículos.

turrón. Según el Código Alimentario, 3.23.43. Masa obtenida por amasado de almendras peladas, crudas o tostadas y miel. En ella puede agregarse clara de huevo, albúmina o gelatina alimenticia o sustituirse la almendra

por piñones, avellanas, cacahuètes, nueces, yema de huevo, coco y frutas confitadas; la miel podrá sustituirse total o parcialmente por azúcar y glucosa. * No se permitirá la adición de harinas, almidón ni de materias colorante. Véase: productos de confitería.

turrón blando almendrado con fructosa.

Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón blando almendrado con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2244,66
Yodo (mg)	1280,00
Energía (kcal)	537,00
Potasio (mg)	505,60
Fósforo (mg)	358,40
Magnesio (mg)	172,80
Calcio (mg)	153,60
Porción comestible	100,00
Grasa (g)	37,00
Carbohidratos (g)	35,00
Grasa moninsaturada (g)	23,50
Ácido fólico (µg)	23,04
Proteína (g)	16,00
Vitamina E (mg)	15,59
Sodio (mg)	11,00
Grasa poliinsaturada (g)	9,90
Fibra (g)	8,00
Niacina (mg eq. niacina)	3,90
Grasa saturada (g)	3,50
Cinc (mg)	2,11
Hierro (mg)	1,98
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,37
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
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

turrón con fécula. Según el Código Alimentario, 3.23.44. Es el turrón elaborado con la adición de harinas o féculas alimenticias, con un contenido máximo de almidón del 15%, calculado sobre materia seca. Véase: productos de confitería.

Turrón de Agramunt. Véase: Torró d'Agramunt.

turrón de Alicante. Denominación Específica (D.E.) de Turrón. Utilizada en la Denominación: Jijona y Turrón de Alicante.

turrón de avellanas al cacao con fructosa. Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón de avellanas al cacao con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2374,24
Energía (kcal)	568,00
Potasio (mg)	198,40
Fósforo (mg)	120
Sodio (mg)	110,00
Porción comestible	100,00
Magnesio (mg)	97,60
Calcio (mg)	53,41
Carbohidratos (g)	33,50
Ácido fólico (µg)	27,68
Grasa moninsaturada (g)	22,00
Grasa saturada (g)	15,20
Proteína (g)	14,00
Grasa (g)	12,00
Fibra (g)	6,00
Vitamina E (mg)	4,76
Grasa poliinsaturada (g)	4,50
Hierro (mg)	1,74
Niacina (mg eq. niacina)	1,46
Cinc (mg)	0,84
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,13
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Riboflavina (B ₂) (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)	

turrón de chocolate y arroz inflado con fructosa. Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón de chocolate y arroz inflado con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2144,34
Energía (kcal)	513,00
Potasio (mg)	282,50
Fósforo (mg)	182,04
Sodio (mg)	180,00
Magnesio (mg)	130,10
Calcio (mg)	104,50
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	49,70
Ácido fólico (µg)	32,44
Grasa (g)	30,00
Grasa moninsaturada (g)	14,00
Grasa saturada (g)	12,70
Proteína (g)	11,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	9,00
Vitamina E (mg)	5,34
Fibra (g)	5,00
Niacina (mg eq. niacina)	4,58
Hierro (mg)	4,17
Grasa poliinsaturada (g)	3,20
Cinc (mg)	1,22
Vitamina D (µg)	0,49
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,47
Tiamina (B ₁) (mg)	0,31
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,28
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Yodo (mg)	

turrón de mazapán y nueces con fructosa. Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón de mazapán y nueces con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2115,08
Energía (kcal)	506,00
Potasio (mg)	481,65
Fósforo (mg)	270,01
Magnesio (mg)	154,46
Calcio (mg)	128,90
Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	47,53
Carbohidratos (g)	41,70
Sodio (mg)	19,00
Grasa moninsaturada (g)	17,50
Proteína (g)	13,00
Grasa (g)	12,00
Grasa poliinsaturada (g)	11,00
Vitamina E (mg)	9,98
Fibra (g)	6,50
Niacina (mg eq. niacina)	2,82
Hierro (mg)	2,36
Grasa saturada (g)	1,50
Cinc (mg)	1,32
Yodo (mg)	1,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,36
Tiamina (B ₁) (mg)	0,29
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,16
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05
Colesterol (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	

turrón de mazapán con fructosa. Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón de mazapán con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2090,00
Potasio (mg)	512,45
Energía (kcal)	500,00
Fósforo (mg)	279,71
Magnesio (mg)	153,56
Calcio (mg)	151,20

Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	57,12
Carbohidratos (g)	37,50
Grasa (g)	33,00
Grasa moninsaturada (g)	21,30
Sodio (mg)	14,00
Proteína (g)	13,00
Vitamina E (mg)	11,00
Grasa poliinsaturada (g)	8,90
Fibra (g)	7,00
Niacina (mg eq. niacina)	3,15
Grasa saturada (g)	2,80
Hierro (mg)	2,50
Cinc (mg)	1,01
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,40
Tiamina (B ₁) (mg)	0,27
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
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)	

turrón de yema quemada con fructosa. Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón de yema quemada con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2106,72
Energía (kcal)	504,00
Potasio (mg)	457,46
Fósforo (mg)	271,42
Calcio (mg)	139,76
Magnesio (mg)	136,50
Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	52,78
Vitamina A (µg eq. retinol)	44,00
Carbohidratos (g)	41,50
Grasa (g)	32,00
Grasa moninsaturada (g)	21,10
Sodio (mg)	13,00
Proteína (g)	12,50

Vitamina E (mg)	10,65
Grasa poliinsaturada (g)	8,20
Fibra (g)	8,00
Niacina (mg eq. niacina)	2,79
Grasa saturada (g)	2,70
Hierro (mg)	2,56
Cinc (mg)	1,07
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,37
Vitamina D (µg)	0,26
Tiamina (B ₁) (mg)	0,25
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,22
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Yodo (mg)	

turrón de yema con fructosa. Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón de yema con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2105,72
Yodo (mg)	1180,00
Energía (kcal)	504,00
Potasio (mg)	467,26
Magnesio (mg)	159,48
Calcio (mg)	143,00
Fósforo (mg)	135,90
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	41,50
Grasa (g)	32,00
Ácido fólico (µg)	21,26
Grasa moninsaturada (g)	20,80
Vitamina E (mg)	14,40
Sodio (mg)	13,00
Proteína (g)	12,50
Vitamina A (µg eq. retinol)	10,00
Grasa poliinsaturada (g)	8,50
Fibra (g)	8,00
Niacina (mg eq. niacina)	3,60
Grasa saturada (g)	2,70
Cinc (mg)	1,99
Hierro (mg)	1,91
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,34
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Vitamina D (µg)	0,06
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05

Vitamina B ₁₂ (µg)	0,05
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00

turrón duro de almendras con fructosa.

Alimento para diabéticos, marca Santiveri. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Turrón duro de almendras con fructosa Santiveri	
Energía (kJ)	2244,66
Energía (kcal)	537,00
Potasio (mg)	516,00
Fósforo (mg)	282,00
Magnesio (mg)	154,80
Calcio (mg)	152,40
Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	57,60
Grasa (g)	37,00
Carbohidratos (g)	36,00
Grasa moninsaturada (g)	24,60
Sodio (mg)	17,00
Proteína (g)	15,00
Vitamina E (mg)	12,00
Fibra (g)	8,00
Niacina (mg eq. niacina)	3,18
Grasa saturada (g)	3,00
Hierro (mg)	2,52
Cinc (mg)	1,02
Grasa poliinsaturada (g)	0,40
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,40
Tiamina (B ₁) (mg)	0,27
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
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)	0,00

turrón, mazapán y bollería de España. Los principales Turrónes, mazapanes y bollería españoles protegidas con Denominación Específica (D.E.) son: Jijona y Turrón de Alicante. Con Denominación de Calidad (D.C.) son: Colines y Rosquillas, Mazapán de Toledo, Mazapán de Soto de La Rioja, Productos de Pastelería y Repostería de Aragón,

Torró d'Agramunt (Turrón de Agramunt)
Véase: alimentos de España.

turrones. Variedad de uva blanca. Véase: uva torrones.

Tursiops truncatus. Familia: delfínidos. Distribuido por todos los mares templados. Longitud total del cuerpo hasta 3,7 m y peso de 370 kg. El color básico es gris muy oscuro con tonos marronáceos; en las zonas más meridionales de su área de distribución el color del cuerpo tiende a ser más oscuro. La mandíbula sobresale respecto al maxilar superior; en cada hemimaxila dispone de 20 a 22 dientes de 1 cm de diámetro aproximadamente. La aleta dorsal muestra una característica forma en triángulo dirigida hacia atrás. Vive en aguas costeras en la zona de la plataforma continental, pero también, aunque más raramente, en aguas abiertas. * Es el delfín más conocido por el público profano. Sus movimientos y su proverbial inteligencia han sido objeto de considerable atención; se ha intentado incluso aprovechar estas cualidades por parte del hombre. Vive en grupos formados por algunas decenas de individuos y le gusta acercarse a curiosear a los barcos, a los que sigue a idéntica velocidad durante mucho rato. Le gusta también jugar dando grandes saltos y batacazos. Se alimenta de todo tipo de peces. La gestación dura 12 meses y en el Atlántico los partos tienen lugar en otoño. Puede nadar a una velocidad superior a los 32 km/h y resiste la inmersión por espacio de 6-7 minutos. Nombre vulgar: **delfín mular**. Designación oficial: **pez mular**.

tuta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañuela**.

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

tuyo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tuyo peruano**.

tuyo de California. Designación oficial española del pez: *Gymnura marmorata*. Sinónimo oficial: Mantarraya; Raya; Raya de cola de rata; Raya manta; Raya mariposa.

tuyo peruano. Designación oficial española del pez: *Gymnura afuerae*; *Pteroplatea afuerae*. Sinónimo oficial: Manta; Raya mariposa; Raya papel; Tuyo.

tuza. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla zorra**.

twaejigogi saektchim. Nombre del plato de la cocina de Corea. Nombre español: carne de cerdo rellena con vegetales.

twiggy. Véase: salchicha twiggy.

txabalo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **acedía**; **lenguado**; **platija**.

txabaloi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **solla**.

txahal. Nombre vulgar vasco del mamífero: *Bos taurus*. Sinónimo: **ternera**

txahala (ternera), Véase: Kalitateko Euskal Okela.

txaketea. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chanquete**.

txamarra. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **nécora**.

txangarra. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo moruno**.

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

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

txangurro relleno. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “maris-

cos”. Cocina de Vascongadas. El centollo (es su traducción del vasco) tiene un caparazón que sirve como el mejor recipiente para ofrecer un plato exquisito. **Ingredientes:** txangurros (centollos) rape (o merluza), tomate, cebolla, jerez, brandy, laurel, pimienta negra, pimienta de cayena, aceite, sal.

txano gorritxu. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Sarcoscypha coccinea*.

txanpinoi. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Psalliota bispora*.

txapasta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: raspallón; sargo breado; sargo.

txapel biribil. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Amanita phalloides*.

txarbo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: sargo breado; sargo.

txardina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sardina**.

txardintzar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arenque**.

txarrantxan. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **besugo**.

txelba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: dentón; pargo.

txelba arrunta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo**.

txelba hortzandia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dentón**.

txelba urraburna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dorada**.

txerna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cherna**.

txerri. Nombre vulgar vascuence del mamífero: *Sus crofa*. Sinónimo: **cerdo**

txerri-grisola. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Choiromyces meandriformis*.

txibia. Nombre vulgar vascuence del cefalópodo: *Loligo vulgaris*. Sinónimo: **calamar**

txibia sojatua. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamar veteado**.

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

txibia zorrotza. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamarín picudo**.

txibilitu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallano**.

txibilitua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallano**.

txikoria. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Cichorium intybus*. Sinónimo: **achicoria**

txilibit. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo**.

txilibitu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bodión; peto.

txilipiteru. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **julia**.

txintxila. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Lens esculenta*. Sinónimo: **lenteja**

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

txiribi. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Pastinaca sativa*. Sinónimo: **chirivia**

txirimoia. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Annona cherimola*. Sinónimo: **chirimoya**

txirla. Nombre vulgar vascuence del pez: *Venerupis sp.* **almeja**

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

txirla arre gorriska. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almejón**.

txirla arrunt. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Crepidotus variabilis*.

txirla bigun. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Crepidotus mollis*.

txirla garatxoduna. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **escupiña grabada**.

txirla handia. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja fina**.

txirla japoniarra. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja japonesa**.

txirla zapala. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja perro**.

txirla zerrendaduna. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja chocha**.

txirla zuria. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **clica**.

txirlatxikia. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chirla**.

txistu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallano**.

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

txitxardin hori. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Clavaria fusiformis*.

txitxardin zuri. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Clavaria vermicularis*.

txitxare. Ciclóstomo, nombre vulgar. Designación oficial: **lamprea de mar**.

txitxarro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro; jurel real**.

txitxi-ezpata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez espada**.

txitxirio. Nombre vulgar vascuence de la planta: *Cocor arietinum*. Sinónimo: **garbanzo**

txixarro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel**.

txixarro arrunta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel**.

txixarrua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel**.

txoko. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **jibia**.

txoko. Nombre vulgar vascuence del molusco: *Sepia officinalis*. Sinónimo: **sepia**

txoko afrikarra. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choco canario**.

txoko arrosa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choquito picudo**.

txoko dorotea. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chopito**.

txoko txikia. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **globito**.

txopa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chopa; oblada**.

txotxero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

txust xusrrutxu. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

Tylopilus felleus. Otro nombre de la seta: *Boletus felleus*.

Tylosurus acus. Pez. Designación oficial: **aguja imperial**.

Tylosurus acus acus. Pez. Designación oficial: **marao ojón**.

Tylosurus acus imperialis. Pez. Designación oficial: **aguja imperial**.

Tylosurus acus pacificus. Pez. Designación oficial: **marao ojón** (Pacífico).

Tylosurus arcus imperialis. Pez. Designación oficial: **aguja**.

Tylosurus cantraini. Pez. Designación oficial: **aguja imperial**.

Tylosurus crocodilus. Pez. Designación oficial: **marao lisero**.

Tylosurus crocodilus crocodilus. Pez. Designación oficial: **marao lisero**.

Tylosurus crocodilus fodiator. Pez. Designación oficial: **marao lisero**.

Tylosurus giganteus. Pez. Designación oficial: **marao lisero**.

Tylosurus marinus. Pez. Designación oficial: **agujón verde**.

Tylosurus raphidoma. Pez. Designación oficial: **marao lisero**.

tzatziki. Plato de la “cocina de Grecia” perteneciente al grupo de “sopas y entrantes”. Tiempo de preparación: 15 minutos más 2 horas de refrigeración; tiempo de cocción 20 minutos. Plato frío de yogur, condimentado con ajo. **Ingredientes:** pepinos rallados, yogur natural, ajo machacado, eneldo fresco picado, aceite de oliva, sal, pimienta negra recién molida, panes pita. Véase: cocina de Grecia; sopas y entrantes en la cocina de Grecia.