

W

wachs aurora. Nombre vulgar de una variedad de la judía verde (*Phaseolus vulgaris*. verde) Véase: judía wachs aurora.

wahoo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

wakame. Nombre vulgar del alga: *Undaria pinnatifida*.

waldo. Nombre vulgar de la planta: *Rubus fruticosus*.

warakko. Nombre vulgar de la planta: *Hylocereus triangularis*.

wasabi. Raíz preparada de la planta: Wasabi japónica.

Wasabi japónica. Esta planta, la “montaña malvarrosa”, crece únicamente en Japón, en las orillas pantanosas de los ríos de las frías montañas. Se conoce también como rábano picante japonés, probablemente a causa de su raíz comestible, su intenso aroma y su penetrante sabor, aunque no tiene ninguna relación con la planta del rábano picante occidental. En Japón, la piel verde pardusca de la raíz se desecha y la pulpa verde pálida se ralla finamente. El *wasabi* acompaña la mayoría de los platos de pescado crudo. Los platos *sashimi* (plato japonés de pescado crudo) llevan siempre un montoncito de *wasabi* rallado o de pasta de wasabi, que se mezcla para probar mojando en una salsa picante de soja. El *sushi* tiene un ligero toque de pasta de *wasabi* entre el arroz y el pescado. El *wasabi* fresco raras veces se en-

cuentra fuera de Japón, aunque a veces se pueden comprar en Occidente latas de polvos o tubos de **pasta de wasabi**. Se utiliza como condimento para marisco y pescado y es extremadamente picante, así que debe usarse con moderación. Decora varios platos de pescado o carne. También se encuentra en polvo. Utilizado en el *sushi* y el *sashimi*, este condimento, muy picante, se mezcla con salsa de soja para acompañar tentempiés. Véase: especias y semillas. Véase: especias, salsas y condimentos. Nombre vulgar: **wasabi**, rábano picante japonés.

watsonia. Véase: queso watsonia.

weiss. Variedad de uva blanca. Véase: uva chardonnay.

weisser. Variedad de uva blanca. Véase: uva chardonnay.

weisswurst. Delicada salchicha blanca de origen animal, elaborada con carne de ternera, crema de leche y huevos. Se consume hervida. La tradición manda servirla a partir de medianoche en la *Oktoberfest* con pan de centeno y mostaza. Véase: embutido de carne; salchichas europeas. Nombre español: salchicha blanca.

well spur. Variedad de manzana. Utilizada en la Denominación: Poma de Girona.

wensleydale. Véase: queso wensleydale.

westphalian. Salchicha al estilo europeo tradicional, elaborada con carne de cerdo

y/o vacuno. Sabor intenso. Véase: salchichas europeas.

whisky. Según el Código Alimentario, 3.30.26. g. Bebida procedente del aguardiente de cereal (“malta”) y del destilado de cereales (“grano”) envejecida en recipientes de roble durante el tiempo suficiente y en las debidas condiciones ambientales. Véase: aguardientes compuestos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Whisky	
Energía (kJ)	994,84
Energía (kcal)	238,00
Porción comestible	100,00
Etanol (% en vol)	34,00
Fósforo (mg)	5,00
Potasio (mg)	1,00
Sodio (mg)	1,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Ácido fólico (µg)	0,00
Azúcares	0,00
Carbohidratos (g)	0,00
Cinc (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Grasa (g)	0,00
Grasa moninsaturada (g)	0,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,00
Grasa saturada (g)	0,00
Magnesio (mg)	0,00
Niacina (mg eq. niacina)	0,00
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,00
Proteína (g)	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,00
Tiamina (B ₁) (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Vitamina E (mg)	0,00
Calcio (mg)	tr.
Hierro (mg)	tr.

white belly. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cuac**.

white crappie. Nombre vulgar del pez: *Pomoxis nigromaculatus*.

white ice. Variedad de la planta: *Apium graveolens*.

white milan. Variedad de: nabo

white sucker. Nombre vulgar del pez: *Catostomus commersoni*.

white walnut. Variedad de nuez de América del Norte. Véase (*Juglans regia*)

whitebone porgy. Nombre vulgar del pez: *Calamus leucosteus*.

whitstable. Tipo de ostra de Inglaterra. Véase: ostra europea (*Ostrea edulis*).

wiche. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bagre chihuil; bagre chili.

wiener schnitzel. Nombre austríaco del plato: escalopes vieneses.

wigmore. Véase: queso wigmore.

williams. Nombre vulgar de un cultivar de la pera (*Pyrus communis*) Véase: pera Williams.

witti bere. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cuac**.

wok. Esta estupenda sartén es sumamente versátil y no solamente para preparar comidas orientales, es excelente para saltar y freír, y una grande, con una tapa combada también sirve para cocer al vapor. Puede estar fabricado con hierro, acero inoxidable o aluminio, éste último generalmente viene esmaltado. Algunos woks tienen un asa, otros dos. Es una cuestión de elección personal. Véase: utensilios alimentarios en la cocina de Asia.

wonton cocido al vapor con carne de cerdo y langostinos. Plato de la “cocina de Sin-

gapur” perteneciente al grupo de “entremeses y aperitivos”. Para este plato es fundamental comprar masa de wonton especial para cocer al vapor, pues es un poco más gruesa que la que se usa para freír. Se sirve como aperitivo o como parte de un menú.

Ingredientes: Envolturas de masa wonton para cocer al vapor. **Para el relleno:** Langostino, carne de cerdo, sal, setas shiitake, castaña de agua, salsa de soja, azúcar, cebolleta, pimienta negra, clara de huevo. Nombre en Singapur; *siu mai*.

wood blewitt. (*Lepista nudum*) Véase: pie azul.

wyandotte azul dorada. Véase: gallina Wyandotte azul dorada.

wyandotte blanca. Véase: gallina Wyandotte blanca.

wyandotte plateada. Véase: gallina Wyandotte plateada.

wynne marasmio. Nombre vulgar vascuence de la seta: *Marasmius globularis*.