CON DON ARMANDO · COCINA DE RANCHO

ASÍ NO, ASÍ SÍ

LA BASE, LO DIARIO Y LA CARNE



VOLUMEN I · EDICIÓN 2026

LA BASE QUE LO ARREGLA CASI TODO · LECCIÓN 1

1 LA SAL: ANTES O DESPUÉS

Yo lo miro así: la sal no solo sala, también mueve el agua de lo que cocina. Por eso importa el momento en que la echa.



SALADA A MEDIAS: SUELTA JUGO



SECA Y SALADA: DORA

1 QUÉ NECESITA

- La sal de siempre, fina o de grano
- Cuchara medidora o cuchara sopera para el remojo
- Olla o tazón grande con agua fría
- Papel o trapo limpio para secar la carne
- Una cuchara para probar el caldo

2 CÓMO VA, CON LAS CIFRAS REALES

1. Seque la carne con papel y sálela justo antes de ponerla en la lumbre.
2. Si prefiere salarla con anticipación, déjela salada en el refrigerador, en un plato aparte. Señal: primero suelta jugo y después la superficie vuelve a verse seca.

3 Para el frijol, disuelva 1.5 cucharadas de sal en 8 tazas de agua fría por cada libra (453 g) de frijol seco.

4 Remoje el frijol en esa agua el tiempo que indica la lección 9. Luego escúrralo y cuézalo en agua nueva.

5 Si no remojó con sal, sale el frijol cuando el grano ya esté suave. Señal: se aplasta entre los dedos sin esfuerzo.

6 Al caldo, póngale poca sal al principio y corríjala al final, cuando ya redujo.

7 Al arroz, disuelva la sal en el líquido antes de tapar. Señal: el líquido sabe a caldo bien sazonado.

3 POR QUÉ FUNCIONA

La sal jala el agua. En la carne recién salada, primero saca jugo a la superficie. Si la pieza entra a la lumbre en ese momento, ese jugo hierve y la carne no dora. Con tiempo, el jugo salado vuelve a entrar y sazona por dentro. En el caldo, el agua se evapora y la sal se queda: lo que sabía bien al principio sabe salado al final. En el arroz, el grano se bebe el líquido. La sal que llega después se queda encima y no entra.

4 CÓMO SE ESTROPEA

✗ Salar la carne y dejarla esperando un rato corto. Síntoma: el sartén se llena de jugo y la carne se pone gris.

✓ Sálela justo antes de la lumbre o con mucha anticipación. Si ya soltó jugo, séquela con papel antes de ponerla.

✗ Salar el caldo completo desde el inicio. Síntoma: al final está salado aunque al principio estaba bien.	✓ Sale poco al empezar y ajuste al final. Si ya se pasó, vea la lección 8.
✗ Echarle sal al arroz ya cocido. Síntoma: unos granos saben a sal y otros a nada.	✓ La sal va disuelta en el líquido antes de tapar. Si ya está cocido, sálelo en el plato.
✗ Culpar a la sal y echar jitomate o limón al frijol desde el principio. Síntoma: el frijol tarda mucho en ablandar.	✓ El ácido va cuando el grano ya está suave. Las demás causas del frijol duro están en la lección 10.

5 DÓNDE NO VALE

Esa medida es solo para remojar frijol. Viene de pruebas de CSU en olla de presión eléctrica, en lugares altos. Lo demás del remojo está en la lección 9. Una cucharada de sal de grano no pesa lo mismo que una de sal fina: pruebe siempre el caldo. Para el frijol muy viejo o el agua muy dura, vea la lección 10.

CUENTA RÁPIDA · REMOJO PARA 2 LIBRAS DE FRIJOL

- Frijol: 2 × 453 g = 906 g
- Sal: 2 × 1.5 cucharadas = 3 cucharadas
- Agua fría: 2 × 8 tazas = 16 tazas
- Disuelva la sal antes de echar el frijol.

> *«La sal va justo antes o mucho antes; el ratito de en medio es el que le echa a perder la costra.»*
>
> — DON ARMANDO

LAS CIFRAS

Remojo con sal por libra (453 g) de frijol seco	**1.5 CUCHARADAS DE SAL EN 8 TAZAS DE AGUA FRÍA** [1]

Vea también: 6 Dorar la carne, no cocerla · 8 Se me pasó la sal · 9 Remojar o no remojar · 10 Frijoles que no se ablandan

Los números pequeños remiten a las fuentes de la lección 1, al final del libro.