Las bebidas

La función de **las bebidas** dentro de nuestro organismo es saciar la sed o viéndolo de otra forma el hidratar nuestro organismo.

Las personas también pueden utilizar las bebidas no solamente cuando es una necesidad, sino también como un acompañamiento a otros alimentos, lo que puede proporcionar una combinación de sabores.

Dentro de estos últimos podemos señalar como principales los

- Refrescos.
- Vinos
- Cervezas.

Otra forma en la que ingerimos **las bebidas** es cuando lo hacemos de forma social, por lo regular este tipo de bebidas tienen un componente alcohólico.

Por lo regular al referirse a bebidas se le da una connotación de bebidas o preparados con alcohol, sin embargo, cualquier líquido que se ingiera es una bebida.

¿Que son las bebidas Energéticas?

Dentro de la gran variedad de bebidas que se pueden encontrar

podemos hablar de las energéticas.

Estas contienen sustancias que **estimulan el organismo** y dan una fuente de energía por un tiempo limitado que ayuda a aumentar la **habilidad mental** y resistencia física.

Dentro de sus principales componentes se encuentran:

- La cafeína
- Varias vitaminas
- Carbohidratos
- la taurina

No se deben de confundir con otro tipo de bebidas como los refrescos, ya que estas al contener alta concentración de cafeína puede producir dependencia.

El principal responsable de la sensación de eliminar el agotamiento es **la taurina,** sin embargo no elimina realmente la fatiga ni el agotamiento en general, solamente quitan la sensaciones de forma temporal.

Esa es la causa de que después de que pasa el efecto se tiene una sensación de decaimiento general.

Dentro de las precauciones que se deben de tomar al utilizar este tipo de bebidas se menciona:

- No utilizar de forma regular y máximo **una diaria** para los deportistas.
- No mezclar con alcohol, ya que al ser un depresivo y mezclarlo con un estimulante puede causar una **arritmia cardíaca**.

Clasificación de las bebidas

Las bebidas pueden clasificarse principalmente en **2 grupos**:

- bebidas alcohólicas
- bebidas no alcohólicas
    - Agua
    - bebidas gaseosas
    - bebidas preparadas.

Como puedes ver las bebidas no alcohólicas se subdividen en otras 3 mas.

¿Qué son las bebidas Alcohólicas?

Se considera una bebida alcohólica si contiene mas de **2.5 grados de alcohol etílico**.

Este es un depresor del sistema nervioso central que actúa directamente en el cerebro de su consumidor afectando la coordinación, la memoria y el lenguaje.

Las bebidas alcohólicas se pueden obtener de dos formas diferentes:

- Por fermentación
- Por destilación.

El alcohol por fermentación

Este se obtiene de la fermentación de los azúcares contenidos en frutas, raíces o granos que se convierten en alcohol, como por ejemplo la cerveza, el vino y otros.

El alcohol por destilación

Este proceso es la obtener el condensado de vaporizar parcialmente un liquido, como ejemplo de este tipo de bebidas tenemos el vodka, el whisky y el tequila.

Tipos de bebidas alcohólicas

Dentro de las bebidas alcohólicas existen diferentes tipos de las y se pueden subdividir en las siguientes ramas principales

- Vinos
- El Coñac
- La ginebra
- El Ron
- El Vodka
- El Whisky
- El Sake
- La cerveza

Los vinos

Esta se puede decir que es una de las bebidas más antiguas, se conocen vinos que se hicieron en **china hace 4,000 años**.

Los **griegos y romanos** hicieron del vino algo cotidiano dentro de su dieta.

Por lo general se le llama vino a cualquier preparación que se haga con la fermentación de la uva, sin embargo se puede extender a cualquier fermentación realizado con otros juegos de frutas.

Existen **dos tipos principales** de vinos de acuerdo a la cantidad de azúcar:

- Vinos secos.
- Vinos dulces, se ocupan más como postres.

y de acuerdo a su color los podemos dividir en

- Tintos.
    - Los que son secos se consumen principalmente con carnes rojas de preferencia asadas como la res, el carnero y cerdo.
- Blancos
    - Secos se consumen con las carnes blancas: como el pescado, pollo, etc.

Dentro de sus características podemos mencionar:

- Los **vinos tintos** se echan a perder menos que los blancos.
- La calidad de los vinos tintos es menor ya que son producto de jugo re prensado lo que los hace un poco más ácidos.
- Los **vinos blancos** tienden a ser mas delicados ya que fermentan con lentitud y deben de tener menos de 14% de alcohol.
- Los v**inos blancos** son bebidas que se obtienen principalmente de uvas maduras escogidas y por lo regular de la primera prensada.

El aguardiente

Son los líquidos obtenidos por destilación de bebidas elaboradas por fermentación.

Normalmente se le da el nombre de aguardiente al producto de la destilación de mezclas de caña de azúcar, antes del proceso para hacer el ron.

El Coñac o Brandy

En la mayoría de los países es conocido como **brandy** y su nombre se debe a su inventor un químico francés que vivió en la ciudad de Cognac, Francia, de nombre **Brandewijn**.

Sin embargo otros señalan que puede deberse a la palabra alemana **Branntwein**, que significa vino quemado.

Esta bebida es un aguardiente obtenido de de la destilación del vino de uvas, al ser destilado tiene un 70% de alcohol y conforme se le da añejamiento pierde el 1% anual hasta quedar en un máximo del 20%.

Características de un buen coñac:

- Son necesarios de 5 a 8 hectolitros del vino producido con mosto de uvas blancas cosechadas en terrenos calizos.
- Se necesita realizar 3 destilaciones sucesivas.
- Se añejan almacenados en sótanos oscuros y en toneles de roble con procesos que pueden durar de 25 a 55 años.

La Ginebra

Su nacimiento se remonta a holanda en el siglo XVII con el nombre de genievre que significa enebro.

Una característica de fabricación es que se crea en recipientes con forro interior de vidrio y en áreas con airea acondicionado.

Debido a su sabor seco se utiliza en la preparación de varias **bebidas preparadas** como los *Matinis y el Tom collins*.

Este tipo de bebida se puede dividir en dos grandes grupos:

- La londres, de origen inglés
- La Jenever de origen holandés.

La **Ginebra inglesa** se obtiene a partir de de la destilación con presencia de diferentes ingredientes como ser:

- bayas de enebro
- mondas de naranja
- semillas de coriandro.
- anís.
- hinojo.
- raíces de angélica y otras hierbas

Además tiene un tiempo de envejecimiento muy bajo, lo que le confiere un sabor muy seco.

Por su parte la versión **holandesa** se produce con una mezcla de malta con otros cereales, además de que si se añeja, produciendo una bebida con mas alcoholes.

El Ron

Esta **bebida** es producida a **partir de la fermentación** del jugo de caña de azúcar.

La diferencia entre los tipos de **Ron** se da por la variedad de caña que se ocupe al crearlo y el tipo de tierra de donde se cultive.

Su proceso de fabricación a grandes rasgos es el siguiente:

- Se realiza el molido de la caña de azúcar madura.
- El jugo que se obtiene es pasado a grandes recipientes de hierro.
- En los recipientes de hierro existen serpentines de bronce que elevan la temperatura del jugo, hasta casi el punto de ebullición y lo mantienen así durante algún tiempo.
- Debido al calentamiento se forma un espuma con elementos contaminantes.
- El líquido debajo de la espuma es extraído por el fondo del recipiente y se deja la espuma.

- Este líquido se calienta nuevamente para que se produzca algo de evaporación de la mezcla.
- La espuma se envía a la destilería donde se deja en reposo para que fermente.
- El producto que queda en la caldera cuando se ha eliminado por destilación todo el alcohol y gran cantidad del líquido fermentado, se llama dunder, el cual se desprende y se conserva en un lugar fresco
- En la preparación que habrá de fermentar se emplea melaza, espuma y dunder, en proporciones que varían.
- Luego de fermentado se destila y aproximadamente al año se filtra con arena y carbón vegetal y se guarda en cubas de roble
- Después se deja añejar de 5 a 7 años.

El Vodka

Es un aguardiente que se generaba en un principio a partir de **centeno y malta**.

Después de la destilación queda con una proporción de alcohol del **90 al 96%,** luego lo rebajan con agua hasta conseguir una concentración del 40 al 60%.

Su origen es Ruso, incoloro y de sabor picante.

En su fabricación por lo regular no se realiza añejamiento.

El Whisky

Este aguardiente es obtenido a partir de malta. Una particularidad del nombre es que en Estados Unidos se le llama **whiskey** al propio, y el de **whisky** al de origen escocés.

Su sabor es mayormente seco, de color ambarino y se maneja entre unos 40 a 55 grados de alcohol. Dentro de sus variedades podemos destacar:

- irlandés
- escocés
- bourbon
- centeno

El Whisky irlandés se obtiene de cebada, avena y malta.

Su fabricación se da al mezclar cuatro quintas partes de malta y una quinta parte de de otros cereales.

Estos se mezclan con malta y posteriormente se agrega levadura para la fermentación, el resultante se **destila 3 veces** para producir un licor con alta concentración de alcohol.

El Whisky Escocés se obtiene de cebada y malta, esta última es obtenida de cereales germinados secados por vapor, lo que produce el característico sabor a humo.

Este tipo de whisky es de menor contenido alcohólico.

El **bourbon** es el whisky de los Estados Unidos y se prepara de maíz, se mezcla malta con el grano en alambiques llamados de doble columna.

Esto resulta en una mezcla con alto contenido alcohólico de unos 80 grados que se reduce hasta unos 50 grados con agua destilada, esto se añeja de 3 a 4 años en barriles nuevos de roble blanco.

Finalmente el **Whisky de Centeno** se produce principalmente en Canadá y tiene un proceso muy similar al bourbon de Estados Unidos.

El Sake

Se fabrica actualmente sobre todo de arroz y es de origen

japonés.

Se consume caliente antes de la comida y es de un color oro pálido, con sabor dulce con alcohol entre 14 y 16 %.

Vídeo: la preparación de las bebidas alcohólicas

Rate this post