

VACA *Bos taurus*. *Hembra del toro. Su carne se emplea como alimento, y es de color rojo, cubierta de grasa blanco-amarillenta.

VACA CARGADA *Vaca preñada.

VACA HORRA *Vaca estéril.

VACA LECHERA *Vaca especializada en la producción de leche.

VACA MACHORRA *Vaca con caracteres sexuales secundarios con tendencia a la masculinización.

VACHERÍN *Postre a base de coronas de merengues montados sobre bizcochos. *Tipo de queso franco-suizo, de leche de vaca y de pasta blanda.

VACIADOR *Utensilio para cortar en forma decorativa bolitas de melón, patilla, papa, etc.

VACUNO *Bovino, subfamilia perteneciente al orden de los Artiodáctilos, con más de 50 géneros y 200 especies. Son animales corpulentos y fuertes, rumiantes, con cuernos curvados hacia atrás o hacia adelante y arriba, el hocico ancho, grande y desnudo. Las hembras tienen ubres, con cuatro pezones. Su domesticación se desarrolló en el Paleolítico.

VAINA *Cáscara tierna y larga que encierra las semillas de algunas plantas.

VAINILLA *Vanilla planifolia*; *V. fragans*. *Planta trepadora perteneciente a la familia de las Orquídeas. De ella se obtiene la vainilla, famosa por sus propiedades aromáticas de gran uso en la confitería, preparación de helados y perfumes. De origen americano, se cultiva comercialmente en Madagascar y Reunión. De sus frutos en forma de cápsula, de unos 12 cm de largo, se obtiene la vainilla. Al dejar los frutos en la planta, se forman en su superficie gotas de bálsamo de vainilla. Los frutos se benefician laboriosamente para promover en ellos la formación de vainillina y otros compuestos que no se hallan en la fruta fresca, y que son los que le dan el valor comercial al producto. Últimamente el producto natural (la vai-

nilla) ha sido reemplazado por otro sintético, cuya utilización ha sido limitada por las regulaciones sanitarias en vigor en algunos países.

VAINILLINA *Principio aromático de las cáscaras de la vainilla.

VAINILLÓN *Vanilla pompona*. *Planta trepadora orquídiacea de la que se obtiene un extracto saborizante.

VAINITAS *Phaseolus vulgaris*. *Judías verdes o tiernas. *Legumbre verde de la caraota. *Habichuelas tiernas conservadas dentro de su vaina.

VAJILLA *Conjunto de vasijas (platos, fuentes, vasos, tazas, jarras, etc.) empleadas para el servicio de la mesa.

VALENTÓN *Brachyplatysoma vaillanti*; *B. filamentosum*. *Pez fluvial de más de 2 m de longitud y 160 kg de peso. Especie de bagre, caracterizado por tener una piel sin escamas, gran número de dientes diminutos, aletas adiposas más o menos táctiles y las espinas de las aletas dorsal y pectoral bien desarrolladas. Frecuente en la cuenca del Orinoco. De carne comestible, muy apreciada.

VALOR BIOLÓGICO *Medida de la calidad de una proteína desde el punto de vista nutricional. La proteína del huevo tiene un valor biológico de 100, es decir 100% de la proteína del huevo absorbida es retenida por el cuerpo. La proteína del maíz tiene un valor biológico de 60; la de la leche, de 85; la de la carne, 75; la del pan, 50, etc.

VALOR CALÓRICO DE LOS ALIMENTOS
*Valor energético de los alimentos.

VALOR ENERGÉTICO DE LOS ALIMENTOS. *La energía contenida en un alimento se puede determinar utilizando el calorímetro de bomba. El alimento se quema dentro de una cámara rodeado de agua. La combustión del alimento genera calor, elevando la temperatura del agua. A partir del incremento de temperatura del agua se calcula la cantidad de energía en el alimento. La energía de los alimentos medida utilizando el calorímetro de bomba es mayor que la obtenida

por el cuerpo, ya que el alimento no se digiere completamente, ni todos los nutrientes que contiene son absorbidos por el cuerpo. Después de ajustar estas pérdidas, se estima que cada gramo de proteína o de carbohidratos provee 4 kilocalorías de energía utilizable; la grasa, fuente concentrada de energía, provee 9 kilocalorías por gramo, y el alcohol provee 7 kilocalorías por gramo. Las vitaminas, los minerales y el agua, si bien son nutrientes esenciales, no son fuente de energía.

VALVA *Concha de un molusco o cada una de las partes completas de la concha de un molusco bivalvo. *Segmento de un fruto dehiscente.

VANDERMINT *Licor holandés de 30°, a base de chocolate.

VANIDADES *Postre que consiste en copos de albúmina redondos en una crema de amarilla de huevo, leche y sirope con vainilla. sin. Huevos del príncipe.

VAPOR, COCCIÓN AL *Forma de cocer los alimentos sin ponerlos directamente sobre el fuego, colocándolos sobre una rejilla o parrilla, dentro de un recipiente en cuyo fondo hierve el agua.

VAPORIZAR *Convertir en vapor.

VAQUILLA *Ternera de año y medio a dos años.

VAQUITA *Strombus pugilis*. *Animal marino invertebrado, abundante en la parte sur de la isla de Margarita.

VASERA *Caja o funda en la que se guardan los vasos.

VASIJA *Recipiente rectangular de hojalata con bordes de 3 cm de alto utilizado para cocer dulces y panes pequeños. *Toda pieza cóncava que se emplea para contener líquidos u otras cosas.

VASO *Pieza cóncava, de mayor o menor tamaño, capaz de contener alguna cosa. *Recipiente de metal, vidrio u otra materia, por lo común de forma cilíndrica, que sirve para beber. *Cantidad de líquido que cabe en él.

VASO DE CASQUILLO *Vaso muy popular en Caracas a principios del siglo XX, de procedencia estadounidense. Llevaba grabado en el fondo un casquillo o herradura. Se utilizaba generalmente en las pulperías, venta de refrescos, botiquines y bares, etc.

VÁSTAGO *Tallo de las plantas de cambur, plátano y, en algunas partes, del maíz. *Renuevo, brote o ramo tierno de la planta.

VEDA *Lapso en que no se permite la caza o la pesca de alguna especie animal, con el propósito de protegerla. Generalmente se aplica durante la época de reproducción y cría, aunque hay vedas permanentes para la protección de las especies en peligro de extinción.

VEGETAL *Pertenciente a las plantas.

VEGETARIANISMO *Sistema de alimentación en el que se suprimen total o parcialmente los alimentos de origen animal, y sólo se permiten las sustancias de origen vegetal.

VELLO *Pelusilla de algunas frutas o plantas.

VELOUTÉ *Potaje particularmente cremoso. *Salsa francesa básica, hecha a base de mantequilla, harina y algún tipo de consomé. *Salsa base que utiliza un caldo blanco ligado con un fondo rubio lo más claro posible.

VENADO *Odocoileus virginianus*. *Mamífero de la familia de los Cérvidos, del género *Odocoileus*, con astas ramificadas. Tiene unos 70 cm de alzada. Habita en las sabanas y en las regiones montañosas y se alimenta de hojas tiernas, frutas y semillas. *Aderezo para la carne frita que se hace con ají, ajonjolí, ajo, cebolla y otros ingredientes molidos y mezclados con leche y suero que se prepara en los Andes y en el estado Lara.

VENDIMIA *Recolección y cosecha de la uva, y el tiempo en que se hace.

VENTA *Mesón o posada en los caminos des poblados.

VENTAS POPULARES *Ventas de comida en los mercados.

VENTORRILLO *Tienda pequeña, en los campos y orillas de los caminos, en la que se vende café, bebidas refrescantes y algunos alimentos ligeros.

VENTRAL *Región abdominal del pez.

VERANEADO *Se dice de los frutos, semillas y plantas menguados cuando en el período de su desarrollo les fallan las lluvias.

VERBENA *Stachytarpheta cayennensis*; *S. caribensis*. *Planta de flores pequeñas, de color lila en largas espigas. Hierba saborizante, con sabor amargo y algo astringente.

VERDOLAGA *Portulaca oleracea* var. *sativa*. *Planta anual, de tallos tendidos y hojas carnosas y rojizas como los tallos. Se come como verdura; y se preparan ensaladas con los tallos y las hojas.

VERDULERO/RA *Vendedor de verduras, hortalizas y frutas, con sus carritos tirados por burros, muy popular en la Caracas de la década de los cuarenta.

VERDURA *Cada uno y el conjunto de raíces y tubérculos comestibles, como papa, ñame, ocumo, apio, yuca y batata; de hortalizas, como zanahoria y repollo, y de frutos como la auyama, que se utilizan en la preparación de algunas sopas como el sancocho y el mondongo. *Hortaliza, particularmente la que se come cocida.

VERDURAS *Conjunto de ciertos frutos y plantas comestibles que se emplean especialmente para hacer el hervido, como papa, apio, auyama, ocumo, ñame y yuca.

VERMOUTH *Vermut.

VERMUT *Licor aperitivo compuesto de vino blanco, ajeno y otras sustancias amargas y tónicas. Sin. Vermouth.

VERRACO *Cerdo macho destinado a la reproducción.

VERTER *Derramar líquidos o sustancias pulverulentas.

VETIVER *Vetiveria zizanioides*. *Hierba perenne de la familia de las Gramíneas o Poáceas, de tallos de hasta 2 m de altura e inflorescencia en panojas grandes. Las hojas y los tallos se emplean como saborizante y la raíz se usa para perfumar y preservar de la polilla las ropas guardadas.

VIANDA *Comida que se sirve a la mesa. *Sustento y comida de los racionales. *Carne de mamíferos y aves considerada como alimento.

VIANDERA *Utensilio especial de metal o peltre para llevar comida, que consta de varios recipientes, donde se ponen los diferentes manjares o platos (preparaciones), y un asa que los une y que sirve para transportarlos. *Utensilio que consta de tres recipientes iguales que se colocan uno sobre otro y se usan para guardar y transportar comidas.

VID *Vitis vinifera*. *Planta vivaz y trepadora de la familia de las Vitáceas, con tronco retorcido, vástagos muy largos, flexibles y nudosos; hojas alternas, pecioladas, grandes y partidas en cinco lóbulos puntiagudos; flores verdosas en racimos, cuyo fruto es la uva, baya globosa y jugosa, que se come directamente o se emplea para elaborar vino. Sin. Parra.

VIEIRAS *Coquilla Saint-Jacques.

VIEJA *Pavona. **Paralabrax dewegeri*. Pez marino pequeño, de color pardo oscuro y verde blancuzco. Carne de excelente calidad para el consumo humano, pero de escasa importancia comercial por su reducida talla media.

VIEJITA *Pez de agua dulce, de cuerpo aplanado y redondeado, de diferentes especies de Cíclidos; parecido a la palometa, en lo ancha y redonda, de la que se distingue porque ésta es negra, con una mancha en el lomo y la barriga, y más gustosa. Vive en los caños.

VIENTRE *Cavidad del cuerpo del animal, en la que se contienen el estómago, los intestinos y otras vísceras. *Conjunto de estas vísceras.

VILLA SARCHI *Cultivar de café de porte bajo, originario de Costa Rica.

VILLALOBOS *Cultivar de café de porte bajo o compacto.

VINAGRADA *Refresco compuesto de vinagre, agua y azúcar.

VINAGRE *Producto de la fermentación del vino o del alcohol debido a la acción del *Acetobacter aceti*, que convierte el etanol en ácido acético. *Líquido agrio y astringente, producido por la fermentación ácida del vino, sidra, etc. o de otros líquidos alcohólicos, y compuesto principalmente por ácido acético y agua.

VINAGRE DE VINO *Conversión del alcohol del vino en ácido acético, operado bajo la influencia del oxígeno del aire. Puede ser rojo, si proviene del vino tinto; o ámbar, si proviene del vino blanco.

VINAGRERA *Vasija destinada a contener vinagre para uso diario.

VINAGRETA *Salsa universal compuesta de aceite, vinagre, sal y pimienta, que se emplea siempre fría, para aderezar ensaladas y, a veces, para acompañar pescados.

VINAGRILLO *Averrhoa bilimbi*. *Árbol de unos 10 m de altura. *Fruto de este árbol, baya elipsoidal de hasta 6 cm de largo, verde, de sabor ácido, que se come crudo y, más frecuentemente, se prepara en jaleas y conservas azucaradas. Algunos obtienen de su fruto una especie de vinagre o lo usan como condimento en los ajiceros. Sin. Bilimbi.

VINAZA *Producto residual de la destilación de soluciones alcohólicas obtenidas por fermentación de la melaza. Las vinazas se utilizan en agricultura, ganadería y como medios nutritivos para la obtención de levadura cultivada.

VINÍCOLA *Pertenece a la fabricación del vino.

VINICULTOR *Persona dedicada a la elaboración de vinos.

VINIFICACIÓN *Serie de operaciones físicas y enzimáticas que transforman el jugo de uva en vino.

VINO *Bebida alcohólica que se hace del jugo de las uvas exprimido y fermentado. *Zumo de otras cosas que fermentan al modo del mosto de las uvas.

VINO ABIERTO *Vino de poco color y de falta de equilibrio en la boca.

VINO ABOCADO *Vino que contiene restos de azúcar, por no haber fermentado la totalidad de los que contenía el mosto.

VINO ACEDO *Vino con tendencia a la acidez.

VINO ACERBO *Vino áspero, duro y ácido.

VINO AFRUTADO *Vino con matices que recuerdan diferentes aromas de frutas. Sin. Vino frutal.

VINO AVINAGRADO *Vino acedo.

VINO BLANCO *El de color dorado, más o menos intenso, por oposición al tinto.

VINO DE JEREZ *Vino español celebrado internacionalmente, proveniente de la zona de Andalucía, específicamente de Jerez, Puerto de Santa María y Sanlúcar. Allí la variedad más extendida es una uva blanca, la palomino. El método de crianza es la solera, que consiste en sustituir periódicamente la tercera parte del vino criado en toneles de roble, por vinos más jóvenes.

VINO DULCE *El que tiene ese sabor porque se lo da la uva o por estar aderezado con arrope.

VINO FRUTAL *Vino afrutado.

VINO MOSCATEL *El que se fabrica con uva moscatel.

VINO ROSADO *El que tiene ese color.

VINO SECO *El que no tiene sabor dulce.

VINO TINTO *El de color muy oscuro.

VIÑA *Terreno plantado de muchas vides.

VIÑEDO *Terreno plantado de vides.

VIOLA *En los Andes, espuma que produce la caña de azúcar durante la elaboración de la melaza.

VÍSCERAS *Los órganos internos de un animal ya muerto, especialmente cuando se trata de animales para consumo. Las vísceras de los mamíferos incluyen el esófago, corazón, pulmones, hígado, bazo, estómago, riñones e intestinos, pero no su contenido. Las vísceras de las aves incluyen el esófago, corazón, hígado, bazo, estómago, buche, molleja, huevos no desarrollados, intestinos y su contenido. Las vísceras de los peces incluyen las branquias, corazón, hígado, bazo, estómago, intestinos y su contenido.

VISCOSIDAD *Resistencia de un líquido a derramarse.

VITAMINA A *Vitamina liposoluble. Existen formas diferentes de la vitamina A. Los retinoides: retinal, retinol, ácido retinoico, se encuentran en productos de origen animal, especialmente en hígado, huevos y productos lácteos. Estas formas de vitamina A tienen funciones en: visión, crecimiento, reproducción y la conservación de la integridad de tejidos epiteliales. Los carotenoides, que se encuentran en frutas y hortalizas de colores amarillo y verde oscuro, pueden convertirse en retinoides en el cuerpo.

VITAMINA C *Vitamina hidrosoluble. Su deficiencia en la dieta produce escorbuto, conocida desde el siglo XIII como "plaga del mar". Las frutas cítricas y los vegetales, en especial repollo, coliflor y brócoli, son excelentes fuentes de esta vitamina.

VITAMINA D *Vitamina liposoluble. Existe en forma de ergocalciferol o D₂ en productos de origen vegetal, y como colecalciferol o D₃ en productos de origen vegetal. Los alimentos más ricos

en vitamina D son el hígado y el pescado con alto contenido de grasa. La vitamina D se forma en la piel con la acción de los rayos solares. por lo tanto su deficiencia no es común en países tropicales.

VITAMINA E *Vitamina liposoluble que incluye varias formas químicas; siendo la más común el alfa-tocoferol. La principal fuente en la dieta son los aceites vegetales, a excepción de los aceites de oliva, maní y coco. Es un antioxidante, protege los ácidos grasos insaturados de las membranas celulares contra la oxidación.

VITAMINA K *Vitamina liposoluble que se encuentra en distintas formas: filoquinona en alimentos vegetales y menaquinones en aceites de pescado y carnes. A estos últimos lo sintetizan bacterias, incluyendo aquéllas que se encuentran en el intestino humano. Los alimentos más ricos en vitamina K son las leguminosas secas y las hortalizas verdes como alfalfa, espinaca y brócoli.

VITAMINAS *Sustancias orgánicas esenciales contenidas en los alimentos, que en mínimas cantidades regulan reacciones químicas y procesos fundamentales para la vida de los organismos. Un compuesto orgánico se clasifica como vitamina si su falta en la dieta resulta en síntomas que se alivian con la adición de esa sustancia a la dieta. Aunque no proveen energía, muchas vitaminas participan en reacciones que producen energía a partir de carbohidratos, lípidos y proteínas. Tradicionalmente las vitaminas se agrupan según su solubilidad en agua o en grasa. Dicha propiedad determina su absorción, transporte, excreción y almacenamiento en el cuerpo. Las vitaminas A, D, E y K son liposolubles; las vitaminas C y del complejo B (tiamina o B₁, riboflavina o B₂, niacina o ácido nicotínico, piridoxina o B₆, ácido fólico o folato, cianocobalamina o B₁₂, biotina y ácido pantoténico) son hidrosolubles.

VITAMINAS DEL COMPLEJO B *Grupo de ocho vitaminas hidrosolubles que tienen funciones específicas en el metabolismo de lípidos, carbohidratos y proteínas. Ellas son, tiamina o vitamina B₁, riboflavina o vitamina B₂, niacina, vitamina B₆ o piridoxina, ácido fólico, vitamina B₁₂ o cobalamina, biotina y ácido pantoténico.

VITAMINAS HIDROSOLUBLES *Grupo de vitaminas solubles en agua, como las vitaminas del complejo B y la vitamina C.

VITAMINAS LIPOSOLUBLES *Grupo de vitaminas solubles en las grasas, como las vitaminas A, D, E y K.

VITICULTOR *Persona dedicada a sembrar y cosechar uvas.

VITUALLA *Verdura. *Provisión de cosas necesarias para la comida, especialmente en los ejércitos.

VÍVERES *Provisión de alimentos. *Comestibles necesarios para el alimento de las personas.

VOAVANGA *Vangueria edulis*. *Arbusto muy ramificado de origen africano, de hojas ovales y flores pequeñas y verdosas. *Fruto de esta planta, esférico, con rebordes longitudinales irregulares y pulpa algo ácida, con sabor a manzana.

VODKA *Bebida alcohólica de papa, cereales o remolacha, de 32,5 a 49°, típico de Polonia y Rusia.

VOL-AU-VENT *Pastel clásico de la cocina francesa, confeccionado con pasta de hojaldre, y relleno con carne picada y bechamel u otros ingredientes. A veces se rellena de pescados o mariscos. Se sirve generalmente como entrada. Sin. Volován.

VOLADOR *Dactylopterus volitans*. *Pez que, debido al desarrollo de sus aletas pectorales, puede mantenerse cierto tiempo en el aire. Vive en los ríos de los Llanos. **Cypselurus luetkeni*. Pez marino de unos 40 cm de largo, de color con diversas tonalidades de azul en su dorso y en las aletas pectoral, central y caudal, y blanco en la parte inferior de la cabeza y en las aletas dorsal y anal. Planea a ras del agua. Su carne es exquisita, según los entendidos. En ríos andinos venezolanos existe el volador (*Lebiasina erythrinoides*), también de sabor muy apreciado.

VOLADORA *Albarico.

VOLATERÍA *Conjunto de aves domésticas de consumo corriente.

VOLCÁN *Cono con un hoyo en la parte superior, donde se van poniendo los restantes ingredientes de una masa (leche, agua, huevos, según el caso).

VOLOVÁN *Vol-au-vent.

VOLUMEN *Magnitud, bulto, extensión de un cuerpo.

VORAZ *Dícese de la persona o animal que come mucho y con ansia.

VUELTA Y VUELTA *Locución que se usa para indicar el modo de asar la carne para evitar que quede demasiado cocida.



WACHOLDER *Licor espirituoso alemán, parecido a la ginebra.

WEISSWURST *Salchicha.

WHITE KING *Raza de palomas de origen estadounidense productora de carne.

WHISKEY *Whisky estadounidense (predominantemente de maíz o centeno) e irlandés (en general de cebada).

WHISKY *Licor de 40°, obtenido por destilación de cereales, generalmente cebada malteada, de Escocia. sin. Güisqui, Scotch.

WOK *Sartén cóncavo con fondo redondo usado en la cocina china. Su forma particular mantiene el calor uniforme, constante e intenso, y hace que los alimentos se cocinen rápidamente y permanezcan siempre en el centro.

WORCESTERSHIRE *Salsa inglesa.

WORT *Extracto de malta cuya fermentación produce el whisky de malta escocés.

WUARUBÉ *Salsa indígena del estado Amazonas, que consiste en catara elaborada con los ingredientes licuados y en la cual se utiliza un ají muy picante de la región amazónica, conocido como murabí o tornillito, por su forma torneada.

WYANDOTTE *Raza de gallinas de origen norteamericano productora de carne. Se caracteriza, además, por producir huevos de cascarón color café.



XANTINA *Materia colorante amarilla que se encuentra en la orina, y en algunas plantas como el té o el girasol.

XANTÓFILAS *Pigmentos carotenoides, entre ellos la xantófila, que carecen de actividad vitamínica A. Entre las más conocidas están: la bixina (onoto), el licopeno (tomate), la luteína (yema de huevo).

XATAY *Palma argentina, que da un palmito comestible y un fruto empleado para la fabricación de aguardiente.

XATO *Ensalada catalana a base de escarola, bacalao, atún, anchoas, tomates y aceitunas, con una salsa de pimentón, ajo, almendra, ají, sal, vinagre y aceite.

XEREZ *Jerez.

XEROFAGIA *Alimentación compuesta exclusivamente de alimentos secos o sin cocer.

XEROFTALMIA *Espesamiento y pérdida de transparencia de la conjuntiva con sequedad de la misma por escasa secreción lagrimal. Puede conducir a la ceguera y es provocada por una carencia severa de vitamina A.

XUIXU *Pastel catalán frito, a base de pasta de buñuelo relleno de crema pastelera.

YABO *Cercidium praecox*. *Árbol de las Leguminosas, propio de los bosques xerófilos del espinar costero, inclusive del estado Lara. Sus semillas son comestibles. Los indígenas masticaban su resina para mitigar la sed.

YACÓN *Polymnia sonchifolia*. *Planta andina de raíz tuberosa, que contiene azúcares y se consume fresca.

YACURE *Chica.

YAGUA *Coroba. **Astrocavym vulgari*. Fruto comestible. Sin. Yei.

YAGUARAI *Cardón del dato.

YAGUARAL *Cardón del dato.

YAGUARAYA *Stenocereus griseus*. *Lemairocereus griseus*. *Cactus columnar entre 6 y 8 m de alto, espinas de color gris y flores rosadas de 7 cm de largo. *Fruto de este cactus, subgloboso, de 5 cm de diámetro, de pulpa roja, comestible. Frecuente en la zona norte del país y en las islas adyacentes.

YAGUARE *Rabipelado.

YAGUAREY *Cardón del dato.

YAGUASA *Voz genérica aplicada a diferentes patos o ánades, particularmente del género *Dendrocygna*. Aves de plumaje oligenado, de pico más largo que la cabeza, patas largas y dedos largos unidos por una membrana y de copete rizado. De carne comestible. Sin. Yaguaso.

YAGUASO *Yaguasa.

YAHUAR HUAYO *Rhigospira quadrangularis*. *Árbol amazónico de 10 a 20 m de altura. *Fruto de este árbol, cuya pulpa, de color rojo sangre, se come cruda.

YAK *Phoepagus grunniens*. *Bovino asiático que vive en las partes altas del Himalaya, explotado por su leche, carne, piel y empleado como animal de tiro.

YAKITORI *Plato japonés que consiste en brochetas de ave asadas en brasas de carbón de leña.

YAMBO *Berro de Pará.

YANTAR *Alimento o vianda. *Comer.

YAPE *Sarrapia.

YAQUE *Leiarius marmoratus*. *Pez de agua dulce, de piel lisa de color marrón oscuro y cabeza puntiaguda con barbillas maxilares. Su carne es muy estimada.

YARAKA. *Characidae* sp. *Pez pequeño, plano y plateado, que habita en los arroyuelos del Amazonas y cuya carne es comestible.

YARAQUE *Bebida fermentada a base de casabe quemado que hacen los indígenas del Alto Orinoco. *Bebida indígena hecha con ñame fermentado en el Alto Orinoco.

YARE *Jugo venenoso que se extrae al exprimir la yuca amarga rallada en el sebucán, en el proceso de elaboración del casabe.

YARINA *Phytelephas microcarpa*. *Palmera amazónica, de mediano tamaño. *Fruto de esta palmera, drupa elipsoidal, de cáscara negra, con endospermo blanco comestible.

YARO *Entre los yanomami, cualquier animal cuya carne es comestible.

YAUURÉ *Cardón del dato.

YAUURERO *Subpilocereus russelianus*. *Cactácea. Cardón erecto, arborescente. Su fruto, del mismo nombre, es comestible.

YAUTÍA *Ocumo.

YEI *Yagua, entre los yanomami.

YEMA *Huevo de ave o de otro animal. *Porción central del huevo, rodeada de la clara, de color amarillo, que contiene la mayoría de los alimentos nutritivos. Sin. Amarilla de huevo. *Renuevo que nace en el tallo de las plantas.

YEMAS *Preparación hecha a base de yemas de huevo batidas junto con azúcar y corteza de limón, bañadas con un almíbar grueso a punto de caramelo. Las "yemas con confite" se bañan con azúcar en polvo y se adornan con un confite plateado o de color. Las "yemitas horneadas" se elaboran con las yemas batidas y azúcar.

YERBA *Hierba.

YERBABUENA *Mentha piperita*. *Hierba saborizante de las Labiadaáceas, que tiene, además, propiedades carminativas y antiespasmódicas. Se emplea para aromatizar caramelos, goma de mascar, dentríficos y diversos preparados farmacéuticos; en algunas regiones se utiliza para condimentar el hervido de gallina. Sin. Hierbabuena, Menta. *Licor preparado con aguardiente y hojas de yerbabuena.

YERBATERO/RA *Persona que vende yerbas. Sin. Yerbero.

YERBERO *Yerbatero.

YMER *Leche acidófila.

YOCO *Paullina yoco*. *Bebida estimulante. *Cultivo para preparar bebidas estimulantes.

YOCOYOCO *Hierba mora.

YODO *Elemento mineral esencial para el organismo. Sin. Iodo.

YOGUR *Producto lácteo, fermentado, ácido, originario de Turquía y de la región oriental de la península de los Balcanes, especialmente de Bulgaria. Se elabora a partir de la leche entera o descremada, previamente pasteurizada, a la cual puede agregarse leche en polvo para aumentar el contenido de sólidos totales. Se siembra y se incuba durante algunas horas a 45 °C con *Lactobacillus bulgaricus* y *Streptococcus thermophilus*. Sin. Yoghourt, Yoghurt, Yogurt.

YOGHOURT *Yogur.

YOGHURT *Yogur.

YOGURT *Yogur.

YOGURTERA *Artefacto culinario doméstico para elaborar yogur.

YONIQUEK *Postre típico de la costa de Güiría, hecho con harina de trigo, papelón y un condimento. La voz viene de la corrupción de "cake", torta o pastel en inglés.

YOPO *Ñopo.

YORK *Jamón blanco cocido, elaborado en la ciudad inglesa de York, con cerdos de la raza de York.

YORKSHIRE *Raza de cerdos originada a partir de hembras de tipo céltico de los condados de York con machos Lecestershire. *Salsa inglesa a base de oporto, corteza de naranja, especias y jalea de grosella.

YORUMO *Torta chata preparada por los indios guaraos, a base de fécula lavada, extraída de los troncos de la palma moriche (*Mauritia flexuosa*).

YSAÑO *Tropaeolum tuberosum*. *Tubérculo comestible.

YUBA *Alimento oriental no fermentado a base de soya.

YUBÍA *Bertholletia excelsa*. *Árbol elevado de las Mirtáceas, del Alto Orinoco. *Drupe de este árbol, gruesa y pesada, que encierra almendras oleasas, de sabor dulce y comestibles.

YUCA *Manihot esculenta*; *M. utilisima*. *Planta americana, de hasta 3 m de alto, de la familia de las Euforbiáceas, de hojas profundamente lobuladas e inflorescencia en panojas de flores blanco-verdosas. *Raíz tuberosa de esta planta que, según la especie, se consume cocida o se procesa para hacer casabe o harina, o para extraerle almidón. La yuca es la principal planta alimenticia en vastas regiones de los trópicos, como en la cuenca amazónica y el centro de África. Es principalmente un alimento energético, por su alto contenido de almidón. Su deficiencia es la baja cantidad de proteínas, que no llega al 2% de su peso

fresco. Pero es rica en vitamina B, fósforo y hierro. Se consume como verdura, cocinando o asando sus raíces; como casabe, y como base para la preparación de salsas. Corrientemente se dividen las yucas en amargas y dulces, pero las yucas amargas pueden o no ser venenosas. Más bien la relación se produce de acuerdo con la fertilidad del suelo. En suelos fértiles se incrementa el sabor amargo y la concentración de principios venenosos, que es el ácido cianhídrico: la yuca contiene linamarina, un glúcido que, por efectos de una enzima llamada linasa, origina ácido cianhídrico en concentraciones que van desde inocuas hasta mortales. sin. Guacamote.

YUCA AMARGA *Yuca que contiene de 0,005 a 0,02% de linamarina, que, por efecto de la linasa, da ácido cianhídrico. *Materia prima para la elaboración del casabe.

YUCA DE MONTE *Jatropha loeflingi*. *Arbusto de tallo liso, oscuro, parecido a la yuca silvestre. Su raíz es comestible.

YUCA DULCE *Yuca que contiene de 0,005 a 0,0075% de linamarina, que se consume cocida.

YUCUTA *Bebida que preparan los indígenas del Alto Orinoco, con el mañoco de salvado de yuca tostado y diluido en agua. *Vino hecho por los indios guaraúños del Bajo Orinoco con la savia de la palma moriche (*Mauritia flexuosa*).

YUETTE *Licor de 30°, a base de pétalos de violetas.

YUMANASA *Muntingia calabura*. *Árbol amazónico de hasta 10 m de altura. *Fruto de este árbol, ovoide, de 2 cm de largo, con cáscara roja, y pulpa de color crema con sabor dulce, que se come crudo. En Colombia se ha industrializado el fruto, presentándolo en enlatados.

YURU *Bolso de comida para llevar alimentos.

YURUMA *En lengua warao, nombre del fruto del moriche. *Médula harinosa de color blanquecino que se extrae del tronco de la palmera de moriche y con la que los indios guaraúños del delta del Orinoco fabrican una especie de pan.

YURURE *Saco hecho con la fibra del fique que se utiliza a manera de alforja.

YUYO *Nombre genérico utilizado en varios países de América del Sur para designar ciertas hierbas silvestres utilizadas como condimento o ingrediente culinario.



ZABAIONE *Crema espumosa de huevos batidos y vino de Marsala.

ZÁBILA *Aloe vera*. *Planta acaule de la familia de las Liliáceas, de flores amarillas y de hojas que miden de 30 a 60 cm de largo, suculentas, lanceoladas, con dientes o espinas en los bordes y dispuestas en roseta; la planta se emplea con fines medicinales.

ZAFRA *Cosecha de la caña de azúcar. *Vasija grande de metal en que se guarda el aceite.

ZAHÍNA *Sorgo.

ZAHTAR *Mezcla de especias, típica del Oriente Medio, con la que se sazonan las verduras y la carne o se usa para untar en el pan y que comprende sésamo, zumaque y tomillo.

ZAKOUSKI *Tipo de pasapalos rusos, servidos con vodka.

ZALEMA *Variedad de uva para elaborar vinos blancos de mesa y generosos.

ZAMBUMBIA *En Oriente, hervido o sopa clara mal preparada, o mal condimentada. *Hervido hecho con pocos ingredientes.

ZAMORANO *Queso español de leche de oveja, con pasta firme y madurado.

ZAMPONE *Pata de cochino, deshuesada y rellena, servida fría o caliente, típica de Módena, Italia.

ZAMURITA *Abeja silvestre negra, del género *Mellipona*, sin ponzoña, que anida en los huecos de los árboles y elabora una miel muy delgada.

ZAMURITO *Callophysus macropterus*. *Bagre de los ríos llaneros, muy voraz. Es de color gris con manchas negras redondeadas. *Bebida hecha de aguardiente de caña con ciruelas pasas.

ZAMURO *Caripusa, en los Andes.

ZANAHORIA *Daucus carota*. *Planta umbelífera o apiácea. *Raíz de esta planta, fusiforme, amarilla o rojiza, comestible, cruda o cocinada.

ZANAHORiate *Zanahoria confitada.

ZANJONERO *Aguardiente de alta gradación alcohólica (superior a 60 °GL), producido clandestinamente. Sin. Callejono.

ZAPALLO *Cucurbita ficifolia*. *Hierba rastrera o trepadora, de la familia de las Cucurbitáceas, de tallo áspero, provisto de zarcillos, hojas casi circulares, sinuadas o lobuladas, y de borde aserrado y de 15 a 30 cm de diámetro y flores amarillas. *Fruto de esta planta, de forma algo alargada, corteza lisa de color verde con estrías blancas, pulpa jugosa y semillas oscuras. Con su pulpa, cocida con azúcar o papelón, se elabora el dulce de cabello de ángel. Sin. Cabello de ángel.

ZAPEROCO *Carato de harina de maíz cariaco, endulzado y acanelado. Se consume en algunas poblaciones de Anzoátegui y Guárico.

ZAPOARA *Semaprochilodus laticeps*. *Pez de agua dulce, fusiforme, de color gris plateado, con bandas negras y amarillentas en la aleta caudal y color anaranjado en las demás aletas. De carne muy estimada, tiene importancia comercial en la cuenca inferior del Orinoco, especialmente durante los meses de julio a septiembre. Alcanza tamaños superiores a los 50 cm de longitud. Hay la creencia de que quien come su carne se queda a vivir en la región. Sin. Sapoara, Sapuara, Zapuara.

ZAPOTE *Calocarpum sapota*; *C. mammosum*. *Árbol centroamericano que alcanza hasta los 30 m de alto, de copa esférica. *Fruto de este árbol, baya ovoidea o elipsoidal, de 8 a 20 cm de largo. La cáscara es dura y grisácea, y su pulpa es roja o amarilla, comestible, dulce y de un fuerte aroma característico. El fruto contiene, por lo general, una sola semilla, que se utiliza molida en México y Centroamérica, para darle al chocolate un sabor amargo y aroma típico acostumbrado en la región. Sin. Mamey, Zapote mamey.

ZAPOTE AMARILLO *Quararibea cordata*. *Árbol bajo originario de los Andes. *Fruto de

este árbol, ovoide, con pulpa amarilla, aromática y dulce.

ZAPOTE BLANCO *Casimiroa edulis*. *Árbol alto. *Fruto de este árbol, esférico o alargado, de pulpa amarillenta y muy nutritiva.

ZAPOTE NEGRO *Diospyros digyna*; *D. ebenaster*. *Árbol alto de copa compacta. *Fruto de este árbol, aovado, de pulpa amarilla oscura a marrón, suave, dulce, algo picante, que se come cruda o se prepara en conserva.

ZAPOTILLO *Pouteria campechiana*; *Lucuma salicifolia*. *Árbol mexicano de 5 a 10 m de alto. *Fruto de este árbol, ovoide o fusiforme, con pulpa rojiza. Sin. Canistel.

ZAPUARA *Zapoara.

ZARA *Maíz.

ZARZA *Rubus floribundus*; *R. fruticosus*, etc. *Arbusto rosáceo de tallos sarmentosos y con espinas. Su fruto es la zarzamora.

ZARZAMORA *Fruto de la zarza, baya semejante a la mora, pero más pequeña y redonda y menos ácida.

ZARZAPARRILLA *Jarabe de raíces del mismo nombre, empleado en la elaboración de refrescos.

ZARZUELA *Surtido de viandas, especialmente de mariscos y pescados, presentados sobre una gran fuente o envases individuales de barro. *Plato típico catalán, a base de pescados y mariscos.

ZAZARE *Arenilla fina de color amarillo rosáceo que se obtiene de una piedra arenosa, de restos de cerámica o de barro cocido triturados. Se utilizaba en El Tocuyo, estado Lara, para hacer que el maíz, al pilarse, soltara más fácilmente la cáscara o para fregar los utensilios de cocina.

ZEBÚ *Cebú.

ZINC *Elemento mineral indispensable al organismo. Sin. Cinc.

ZOCATO *Fruto que cosechado jojoto o inmaduro, se pudre o reblandece sin pasar por el proceso de maduración.

ZOMA *Harina gruesa de trigo.

ZONZAPOTE *Licania platypus*. *Árbol del trópico bajo. *Fruto de este árbol, grande, de 15 a 20 cm de largo, elipsoidal, de color castaño oscuro, con pulpa amarilla, jugosa, azucarada y acídula, comestible.

ZOOPLANCTON *Animales que forman parte del plancton. *Comunidad de animales microscópicos de aguas marinas y dulces que flota libremente en el agua, independientemente de la playa y el fondo y que se deja llevar por las corrientes.

ZOOTECNIA *Ciencia y arte de la cría, el mejoramiento y la explotación de los animales domésticos.

ZOQUETE *Mendrugo o pedazo de pan.

ZOROLLO *Dícese del higo segado antes de su completa madurez.

ZORRO GUACHE *Guache.

ZORROCLOCO *Morisonia americana*. *Arbusto o árbol pequeño de la familia de las Caparidáceas, de hojas oblongas y flores blancas; crece en zonas áridas del litoral y de la cordillera de la Costa. *Fruto de esta planta, baya globosa o subglobosa, comestible, de sabor dulce y de corteza áspera y rígida.

ZULÚ *Casigua.

ZULÚ DE PERICUAVA *Papilla para nutrir a los niños pequeños o a las parturientas, hecha a base de la raíz del zulú, hervida en agua con canela y papelón.

ZUMAQUE *Rhus coriaria*. *Arbusto perteneciente a las Anacardiáceas, que se usa en la cocina árabe para condimentar los kebabs y los platos de pescado, dándoles un toque ácido. *Bebida hindú, agria, a base de zumaque rojo. *Residuo que queda después de destilar el aguardiente de caña.

ZUMO *Jugo de vegetales.

ZUPIA *Último producto que se obtiene en el proceso de destilación del aguardiente de caña. *Poso del vino. *Vino turbio por estar revuelto con el poso. *Aguardiente de mala calidad.

ZUPPA *Postre italiano hecho con frutas confitadas, que puede servirse helado.

ZURITA *Paloma silvestre.

ZURO *Raspa de la mazorca del maíz desgranado.

ZURRAPA *Resto de comida que queda en el fondo de la olla o cacerola. *Brizna, pelillo o sedimento que se halla en los líquidos que, poco a poco, se van asentando.

ZURRASPA *Residuo del maíz después de pilado. *Borra.

ZURRUCATUNA *Preparación de la cocina vasca de bacalao deshilachado y papas rehogadas con pimentón.