

E.E.E Y FORMACIÓN LABORAL ALFREDO FORTABAT  
Sección: Taller de Cocina 3 – Guía N°6 – Educación Tecnológica

Escuela: EEE Alfredo Fortabat

Docente: Astorga Melanie

Taller: Cocina 3

Turno: Tarde

Área Curricular: Tecnología

Título: “Recetas Patrias”

Contenidos:

- HABILIDADES CONCEPTUALES:
  - LECTURA DE TEXTOS SENCILLOS.
- HABILIDADES PARA EL TRABAJO:
  - RECONOCER LAS MATERIAS PRIMAS.
  - DESCRIBIR LOS PASOS PARA EL DESARROLLO DE LA RECETA.

LAS ACTIVIDADES ENVIADAS A CONTINUACIÓN DEBERÁN REALIZARSE EN EL CUADERNO CORRESPONDIENTE. SERÁN CORREGIDAS AL RETOMAR LAS CLASES NORMALES

### DIA MIÉRCOLES

#### ACTIVIDADES

1) LEE CON MUCHA ATENCIÓN EL SIGUIENTE TEXTO: “GRUPOS DE ALIMENTOS”  
EN LA CLASE ANTERIOR, HEMOS VISTO QUE HAY UNA GRAN VARIEDAD DE ALIMENTOS Y QUE PROCEDEN DE LOS ANIMALES, DE LAS PLANTAS O DE LA TIERRA Y DE LOS MINERALES.

AHORA VAMOS A APRENDER QUE ESTOS ALIMENTOS LOS VAMOS A CLASIFICAR EN 6 GRUPOS, SEGÚN LAS FUNCIONES QUE HACEN EN EL ORGANISMO DE LAS PERSONAS.

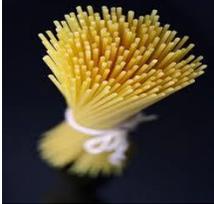
VAMOS A VER UNA RUEDA, DONDE ES MUY IMPORTANTE FIJARSE EN LOS COLORES, YA QUE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS TIENEN EL MISMO COLOR Y POSEEN UNA FUNCIÓN PARECIDA.

SI DESEAS VER MAS DE ESTE TEMA, PUEDES INGRESAR AL SIGUIENTE

LINK: <https://www.youtube.com/watch?v=tDJlzW3oLZc>



2) UNE CON FLECHA LOS ALIMENTOS SEGÚN SU GRUPO.

DIA JUEVES

1) LEE LA SIGUIENTE RECETA: “CHURROS”. ¿TE ANIMAS HACERLO? ¡CLARO QUE SI!

<b>Ingredientes</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Harina 0000, 350 gr</li><li>▪ Agua, 250 cc</li><li>▪ Leche, 250 cc</li><li>▪ Sal, 1 pizca</li><li>▪ Aceite para freír, c/n</li><li>▪ Azúcar, 1 taza</li><li>▪ Canela, ralladura de naranja</li></ul>					
<b>Procedimientos:</b> 1) Calentar la leche, agua y sal en una olla.	2) Cuando rompa hervor, agregar la harina y mezclar hasta integrar todo.	3) Llevar la masa a una batidora, y batir por 2 minutos. También se puede amasar a mano.			
		4) Poner la masa a una manga con pico rizado o churrera, y formar churros de 10-15 cm de largo. Mientras tanto, calentar el aceite en una olla de paredes altas. Freír los churros hasta que estén dorados, y luego secarlos en un papel absorbente.	5) Espolvorear con azúcar, canela y ralladura de naranja	6) Para el toque final, sumergir en chocolate caliente o baño de dulce de leche.	
					

DIA VIERNES

1) ORDENA CON NUMEROS LOS PASOS DE LA RECETA “CHURROS”

PARA EL TOQUE FINAL, SUMERGIR EN CHOCOLATE CALIENTE O BAÑO DE DULCE DE LECHE

CUANDO ROMPA HERVOR, AGREGAR LA HARINA Y MEZCLAR HASTA INTEGRAR TODO.

LLEVAR LA MASA A UNA BATIDORA, Y BATIR POR 2 MINUTOS. TAMBIÉN SE PUEDE AMASAR A MANO.

PONER LA MASA A UNA MANGA CON PICO RIZADO O CHURRERA, Y FORMAR CHURROS DE 10-15 CM DE LARGO. MIENTRAS TANTO, CALENTAR EL ACEITE EN UNA OLLA DE PAREDES ALTAS. FREÍR LOS CHURROS HASTA QUE ESTÉN DORADOS, Y LUEGO SECARLOS EN UN PAPEL ABSORBENTE

CALENTAR LA LECHE, AGUA Y SAL EN UNA OLLA.

ESPOLVOREAR CON AZÚCAR, CANELA Y RALLADURA DE NARANJA.

2) COMPLETA EL SIGUIENTE CUADRO TENIENDO EN CUENTA LAS CANTIDADES QUE NECESITA LA RECETA.

INGREDIENTES	CANTIDADES
HARINA	
AGUA	
LECHE	
SAL	
ACEITE	
AZUCAR	
CANELA	

3) ¡A JUGAR! ENCUENTRA LAS 10 DIFERENCIAS, MÁRCALAS CON UN CÍRCULO.





DIA MIERCOLES

¡VIVA LA PATRIA! ¡VIVA!

1) LEE LA SIGUIENTE RECETA: “PASTELITOS”

Ingredientes		
<p>Masa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Harina 0000 - 500 gr</li> <li>▪ Manteca 100 gr</li> <li>▪ Agua 250 cc</li> <li>▪ Sal pizca</li> <li>▪ Jugo de limón 1 cucharadita.</li> </ul>	<p>Hojaldre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manteca o margarina cantidad necesaria</li> <li>▪ Almidón de maíz c/n</li> </ul>	<p>Relleno:</p> <p>Dulce de membrillo, dulce de batata, queso en barra o queso de cascara colorada, etc. (150 gr)</p>
Procedimientos		
<p>1) Agregar la harina y la manteca con ayuda de las manos. Cuando esté <b>integrado</b>, agregar el agua de a poco e ir mezclando. Luego sumar el jugo de limón. Mezclar bien. No hace falta <b>amasar</b>, pero si integrar bien. Envolver en papel film y llevar 30 minutos a la heladera.</p>	<p>2. Sacar la masa y estirar, cuando este bien extendida pintar con manteca o margarina derretida, y <b>espolvorear</b> con maicena.</p>	<p>3. Doblar en 3 como un libro y volver a estirar. Pintar nuevamente con la manteca y espolvorear con maicena. repetir el paso una vez más.</p>
<p>4) Empezar a cortar en cuadrados y colocar una cucharada de relleno de membrillo y queso rallado. Repasar el borde con el dedo humedecido en agua. Cubrir con otro cuadrado, teniendo en cuenta que las puntas no deben <b>coincidir</b>.</p> <p>Opcional: cortar en tapitas de empanadas y colocar el relleno y cerrar con <b>repulgue</b> de empanadas.</p>	<p>5) Calentar el aceite para <b>freír</b> los pastelitos. Freír 1 minuto un lado luego el otro, dejar bien dorados.</p>	<p>6) Se puede espolvorear con azúcar o bañarlos en <b>almíbar</b> espeso y espolvorear con granas.</p>

DIA JUEVES

1) REDONDEA CON UN CIRCULO LOS INGREDIENTES SEGÚN LA RECETA:  
 "PASTELITOS"



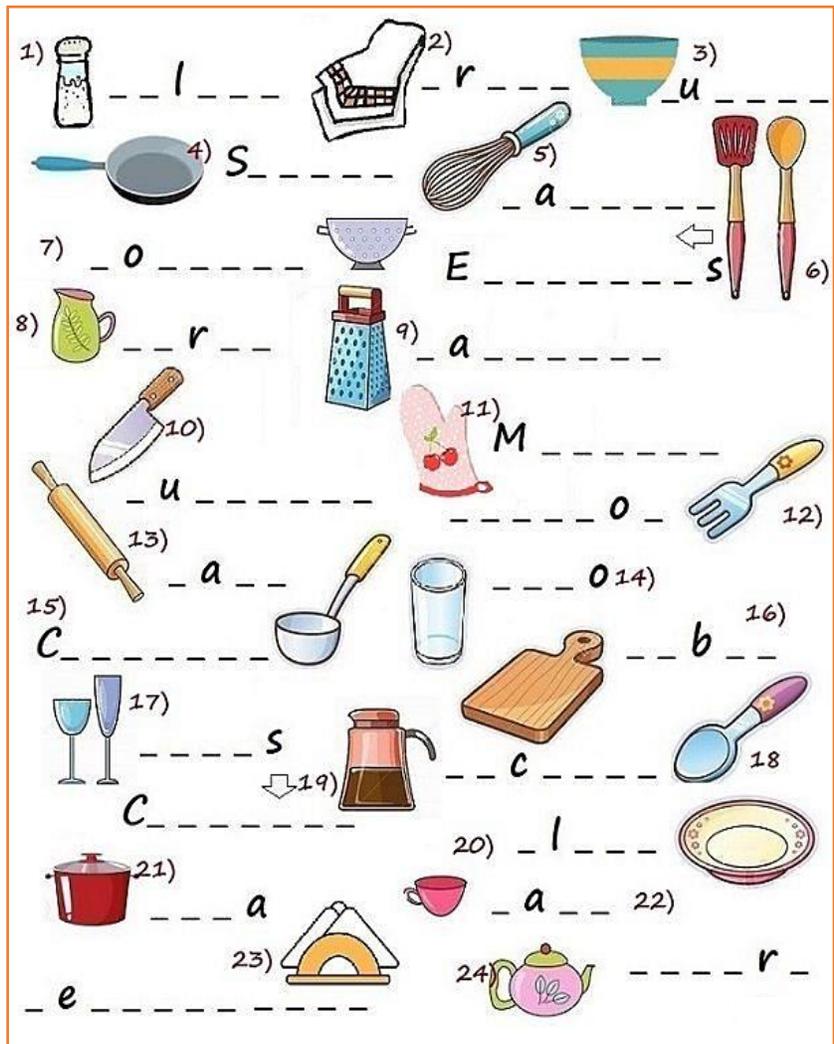
2) SI DUPLICO LA RECETA

¿Cuánto necesito de harina? ¿y de manteca?

DIA VIERNES →

1) COMPLETA CON LAS PALABRAS QUE FALTAN.

2) BUSCA EN EL DICCIONARIO EL SIGNIFICADO DE LAS PALABRAS **SUBRAYADAS** DE LA RECETA "PASTELITOS".



DIRECTORA GIOVANNA MARINO

PROFESORA MELANIE ASTORGA