

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT –TALLER DE COCINA- TECNOLOGIA- GUIA 10

ESCUELA EDUCACION ESPECIAL “ALFREDO FORTABAT”

DOCENTE: MINGOLLA CARINA

GRADO: TALLER DE COCINA II

TURNO: TARDE

AREA CURRICULAR: TECNOLOGIA

TÍTULO: ALIMENTOS



## CONTENIDOS

- ✚ REGISTRO DE PROCESOS TECNOLOGICOS DESTINADOS A ELABORAR PRODUCTOS: UNITARIOS O MUCHOS IGUALES IDENTIFICANDO LAS OPERACIONES TECNICAS QUE INTERVIENEN Y EL ORDEN EN QUE SE UTILIZAN.
- ✚ ELABORACIÓN DE PRODUCTOS, SELECCIONANDO LOS MATERIALES Y LAS TÉCNICAS MAS APROPIADA, DIFERENCIANDO INSUMO, OPERACIONES Y MEDIO TÉCNICO.
- ✚ HÁBITOS QUE FAVORECEN LA SALUD COMO HIGIENE PERSONAL

## ACTIVIDADES:

TODAS LAS ACTIVIDADES ENVIADAS COMO SIEMPRE DEBEN REALIZARSE EN EL CUADERNO CORRESPONDIENTE

DIA MIÉRCOLES

RECORDAMOS LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE

COMO PROTEGERNOS DE COVID19

**¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?**

-  **Lávate las manos frecuentemente**
-  **Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión**
-  **Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**
-  **Usa pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso**
-  **Si presentas síntomas respiratorios evita el contacto cercano con otras personas**

Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)



LAVADO DE MANOS

**INSTITUTO NACIONAL DE SALUD**

**La mejor prevención está en tus manos**

Incluyendo Coronavirus COVID-19

Si todos nos lavamos las manos frecuentemente. Podemos reducir hasta el **50%** de los casos de las infecciones respiratorias.

¡Recuerda!

Cada vez que llegues de la calle.  
Cada vez que salgas de una reunión  
Antes de tocarte la cara  
A los niños cada vez que entren de la calle.

**Duración de todo el procedimiento: 20 - 30 segundos**

<b>0</b>  Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.	<b>1</b>  Frotese las palmas de las manos entre sí.
<b>3</b>  Frotese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.	<b>4</b>  Frotese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
<b>6</b>  Frotese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.	<b>7</b>  Frotese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
<b>8</b>  Sus manos son seguras.	



**Normas básicas de Higiene para manipulador de alimentos**

**Normas de higiene durante la manipulación de alimentos**

-  No hablar, toser o estornudar sobre los alimentos
-  Informar de cualquier enfermedad
-  Cubrir y proteger las heridas
-  Utilizar cubrecabezas efectivo
-  Evitar joyas y objetos personales
-  Utilizar ropa de trabajo exclusiva y limpia
-  No fumar en el lugar de trabajo

## ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT –TALLER DE COCINA- TECNOLOGIA- GUIA 10

DIA JUEVES

RECORDAMOS Y AYUDAMOS EN CASA CON AYUDA DE UN MAYOR LA LIMPIEZA Y ORDEN DE LA HELADERA



\*Guardar primero los alimentos que requieren frio.

\*Controlar que la heladera funcione entre 0°C y 5°C.

\*Disponer en forma correcta los alimentos en la heladera.

\*Evitar colocar excesiva cantidad de alimentos para que la heladera no pierda capacidad de enfriamiento.

\*Ordenar los alimentos de modo que "roten", es decir, los alimentos recién comprados deben colocarse en la parte posterior y los que ya estaban, delante, para consumirlos antes.

DIA VIERNES

REPASAMOS LA RECETA Y COCINAMOS PRE PIZZAS



**MASA DE PREPIZZA**

**INGREDIENTES**

-  1 KILO DE HARINA 0000
-  50 GR DE LEVADURA
-  1 POCILLO DE ACEITE
-  700 CC DE AGUA TIBIA
-  CANTIDAD NECESARIA DE SAL
-  ½ CUCHARADA DE AZÚCAR
-  1 BOTELLA DE SALSA
-  ORÉGANO CANTIDAD NECESARIO

**PREPARACION**

1 -EN UN RECIPIENTE APARTE, COLOCAR LA LEVADURA CON UNA CUCHARADA DE AZÚCAR Y 1 UNA CUCHARADA DE HARINA Y 200 CC DE AGUA TIBIA, MEZCLAR BIEN Y ESPERAR A QUE LA LEVADURA SE ACTIVE.

2- EN UN BOL COLOCAR LA HARINA EN FORMA DE CORONA, AGREGAR A LOS COSTADOS LA SAL, Y EN EL CENTRO EL ACEITE, 600 CC DE AGUA TIBIA, AGREGAR LA HARINA PREVIAMENTE LEUDADA, MEZCLAR Y AMASAR HASTA OBTENER UNA MASA. DEJAR LEUDAR 20 MINUTOS.

3-EN UNA SARTÉN COLOCAR SALSA CON UN POCO DE ORÉGANO Y SAL A GUSTO, AGREGAR UNA PIZCA DE SAL.

4-LUEGO COLOCAR ACEITE EN LA BANDEJA, COLOCAR UN POCO DE MASA Y EMPEZAR A ESTIRAR.

5-COLOCAR EN EL HORNO HASTA QUE DORE UN POCO, LUEGO COLOCAR LA SALSA PREVIAMENTE ECHA, PINTARLA. TERMINAR DE HORNEAR.

DEJAR ENFRIAR.

**DIA MIÉRCOLES**

RECUERDO Y PEGO LAS MEDIDAS NECESARIAS DE HIGIENE A TENER EN CUENTA ANTES DE COCINAR

\*LAVARSE LAS MANOS.

\*RECOGERSE EL PELO

\*COLOCARSE EL CUBRE BOCA

\*LIMPIAR EL LUGAR DE TRABAJO: MESA, MESADA

## ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT –TALLER DE COCINA- TECNOLOGIA- GUIA 10

---

OBSERVA LA IMAGEN, IDENTIFICA LOS ELEMENTOS DE LIMPIEZA Y ESCRIBE EN EL CUADERNO



AYUDAR A UN ADULTO LIMPIAR EN LA CASA POR EJ. LIMPIAR LOS VIDRIOS

ESCRIBE EN EL CUADERNO PASO A PASO COMO LOS LIMPIAMOS

DIA JUEVES

COCINAMOS UNA RECETA DULCE PARA EL MATE

### BIZCOCHUELO MARMOLADO

#### INGREDIENTES

1. 2 TAZAS HARINA LEUDANTE
2. 1 TAZA AZÚCAR
3. 1 TAZA LECHE
4. 150 CC ACEITE
5. 2 HUEVOS
6. ESENCIA DE VAINILLA
7. 5 CUCHA. DE CACAO



#### PREPARACION

- 1 PRIMERO BATIMOS LOS HUEVOS HASTA QUE HAGA ESPUMA, LE AGREGO AZÚCAR Y RALLADURA DE LIMÓN, ESENCIA DE VAINILLA Y SEGUIR BATIENDO.
- 2 AGREGAR LA LECHE, ACEITE Y LA HARINA DE A POCO, BATIR UN POCO MAS.

## ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT –TALLER DE COCINA- TECNOLOGIA- GUIA 10

---

3 DEJO UN POCO DE MEZCLA APARTE PARA MEZCLAR CON 5 CUCHARADAS DE CACAO.

4 EN UN MOLDE BIEN ENMANTECADO AGREGAR LA PREPARACIÓN PRIMERO LA DE VAINILLA Y ARRIBA LA DE CHOCOLATE EN FORMA DE ESPIRAL O COMO QUIERAN.

5 DEJAMOS QUE SE COCINE EN EL HORNO POR 30/40 MINUTOS. LISTO A DISFRUTARLO

DIA VIERNES

COCINAMOS MASA PARA TACOS

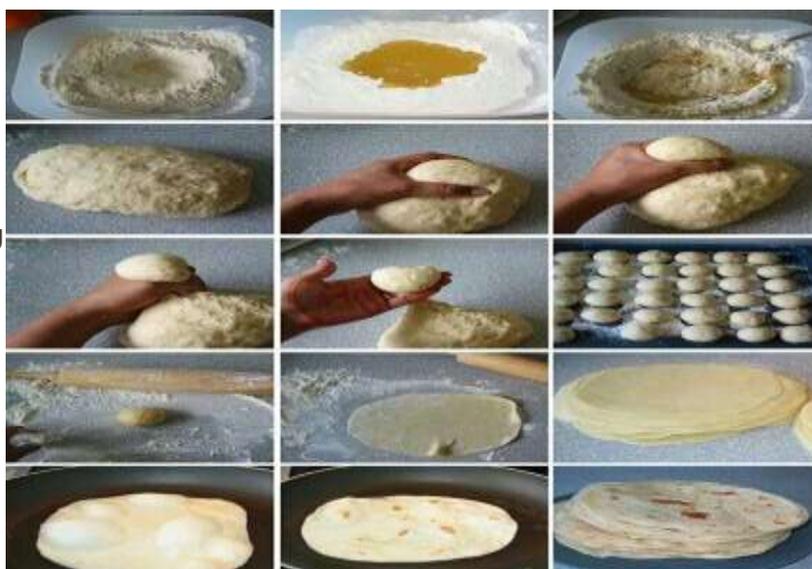
INGREDIENTES

250 GR HARINA 0000 (MITAD COMÚN)

1 CDITA DE SAL

3 CDAS DE ACEITE DE OLIVA

1 TAZA DE AGUA



PREPARACIÓN

1 MEZCLAR LAS DOS HARINAS CON LA CUCHARADITA DE SAL. TAMBIÉN SE PUEDE HACER TODO HARINA COMÚN CON UNA CUCHARADITA DE POLVO DE HORNEAR.

2 HACER UN HUECO EN EL MEDIO DE LO SECO Y AGREGAR LAS 3 CUCHARADITAS DE ACEITE DE OLIOVA Y LA TAZA DE AGUA TIBIA DE APOCO. MEZCLAR TODO.

3 AMASAR POR UNOS 5 MINUTOS EN LA MESADA Y DEJAR REPOSAR LA MASA DE LOS TACOS DURANTE MEDIA HORA

4 HACER BOLLITOS UN POCO MAS GRANDE QUE UNA NUEZ Y ESTIRARLO CON EL PALO DE AMASAR.

5CALENTAR UNA SARTEN (SIN ACEITE NI NADA) Y COCINARLOS UNOS 45 SEGUNDOS, 1 MINUTO COMO MÁXIMO DE AMBOS LADOS. CON UNA ESPATULA IR APLASTANDO LOS GLOBITOS QUE SE HACEN. Y LISTO!!!!. LOS PODES RELLENAR CON LO QUE MAS TE GUSTE Y COMER EN EL MOMENTO O TPARLOS BIEN PARA QUE SE MANTENGAN HUMEDOS

DIRECTORA: GIOVANNA MARINO