

Guía pedagógica N° 11 de Cocina y Repostería.

Escuela: de Educación Especial María Montessori.

Docente: Sonia Patricia Mallea.

Sección: Taller de jóvenes y adolescentes.

Grupo: 2 y 4

Nivel: Primario.

Turno: Tarde.

Área Curricular: Educación Tecnológica – Cocina y Repostería.

Título de la propuesta: “Arroz con pollo, Sopa de verduras y Ensalada de frutas”.

Contenido:

- Experimentación de las habilidades perceptivo- matrices implicadas en la resolución de tareas.
- .-Reconocimiento y exploración de diversas maneras de transformar materiales, especialmente extraídos de la naturaleza o materiales con algún nivel de elaboración.



Desarrollo de actividades:

Día: 1

- Buscar dos cacerolas, espátula de acero o tenedor para revolver.
- Revisar los ingredientes que tienes en casa y el faltante comprarlo en un almacén cercano a tu domicilio.

Ingredientes: Arroz con pollo.

-Medio pollo.

-500 gr. de arroz.

- 2 cebollas medianas, 2 zanahorias, medio pimiento, 2 dientes de ajo y 3 hojas de laurel.

-4 cucharadas de aceite, 1 lata de arvejas, 1 colorante amarillo. Sal y pimienta a gusto.

Día 2:

Preparación:

- Poner a calentar la cacerola colocar el aceite e incorporar las presas de pollo.
- Sellarlas de ambos lados.
- Añadir las verduras picadas en trozos pequeños saltearlos por dos minutos.
- En la otra cacerola poner un litro de agua y dejarla hervir.
- Incorporar el arroz al salteado de pollo y verdura, revolver un minuto para fijar el arroz, colocar sal pimienta y las hojas de laurel.
- Por último incorporamos el agua hervida las arvejas y el colorante diluido en un poco de agua caliente, tapar la cacerola y cocinar lentamente durante 10 minutos.
- Servir caliente.

Día 3

Sopa de verduras

Ingredientes

- 300 gr. de zapallo, 1 choclo, 1 cebolla , 2 dientes de ajo, 2 papas, medio pimiento
- 250 gr de fideos (el que tengas en casa)
- 4 cucharadas de aceite, sal y agua.

Actividades:

Buscar los ingredientes necesarios.

Preparar: cacerola, cuchillo, tenedor y cucharon.

Día 4

Preparación:

- Colocar la cacerola a calentar con el aceite.
- Agregar el ajo, cebolla y pimiento.
- Freír unos minutos.
- Incorporar el agua y dejar hervir.
- Añadir las verduras cortadas, el choclo desgranado y la sal. Cocinar unos minutos.
- Por último agrega los fideos y cuando estén blandos ya está lista la sopa.



E.E.E. María Montessori
Taller de Jóvenes y adolescentes- Grupo 2 y 4

Día 5:

Ensalada de frutas.

- Busca en la heladera y utiliza toda la fruta que quieras.
- Cortar en trozos, endulzar con jugo de naranja y llevarlo a la heladera.

Día 6

- Servir a tus invitados!!!



¡AL FINALIZAR LA TAREA SACAR FOTOS Y A LA VUELTA A CLASES CONTARÁS TU EXPERIENCIA!

Directora: Díaz, Vanesa.

Vicedirectora: González, Verónica.