

Escuela: EEE Alfredo Fortabat

Docente: Astorga Melanie

Taller: Cocina 3

Turno: Tarde

Área Curricular: Tecnología

Título: “Harinas”

Contenidos:

- Habilidades conceptuales:
 - Lectura de textos sencillos.
 - Análisis de las acciones que realizan las personas para ejecutar la fabricación de productos alimenticios: lavar, cortar, moler, extraer, mezclar, batir, revolver entre otros; utilizando herramientas y compararlo con el uso de máquinas accionadas por la energía o combustibles.
 - Valoración de las normas de uso de herramientas, máquinas e instrumentos.
- Habilidades para el trabajo:
 - Reconocer utensilios, maquinarias de repostería.
 - Describir los pasos para el desarrollo de la receta.

ACTIVIDADES

DÍA MIÉRCOLES

1) Lee la siguiente receta: “Galletitas de Manteca”.



P
R
O
C
E
D
I
M
I
E
N
T
O
S

- 1- Añadir en un bol, la harina y la sal, mezclar y apartar.
- 2- En otro bol, colocar la manteca pomada y el azúcar impalpable, batirlo a velocidad media durante 5 minutos.
- 3- Batir con un tenedor el huevo y agregar a la preparación sin dejar de batir.
- 4- Agregar el vainillin, seguir batiendo unos minutos más.
- 5- Colocar de a una las cucharadas de harina, con una espátula mezclar, hacer movimientos envolventes hasta no ver mas harina en la masa.
- 6- Dividir en dos partes la masa.
- 7- Colocar la masa sobre un papel vegetal y sobre la misma colocar otra vez papel vegetal.
- 8- Estirar con un rodillo con un grosor de medio centímetro. Una vez estirada la masa colocarla en una fuente y llevarla a la heladera por 1 hora.
- 9- Sacar la masa de la heladera y cortar con cualquier cortador de galletas que tengas en casa.
- 10- Trasladar las galletas en una bandeja. Hornea por 10 minutos a 180°C.
- 11- Sacar y dejar enfriar.
(opcional) puedes decorar con glasé o chocolate para derretir.

I
N
G
R
E
D
I
E
N
T
E
S

- ⇒ 500 gr de harina 0000.
- ⇒ 200 gr de azúcar impalpable.
- ⇒ 1 huevo.
- ⇒ 250 gr de manteca pomada
- ⇒ 1 cucharada de vainillin.
- ⇒ 1 pizca de sal.

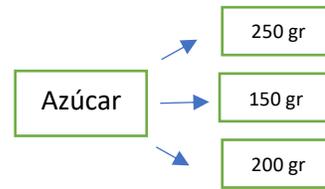
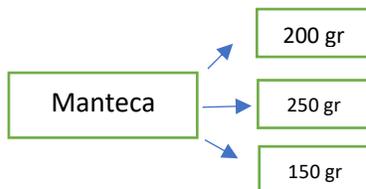
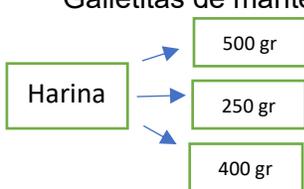
¡NO OLVIDES HACER REGISTRO FOTOGRÁFICO DE LAS RECETAS ELABORADAS!



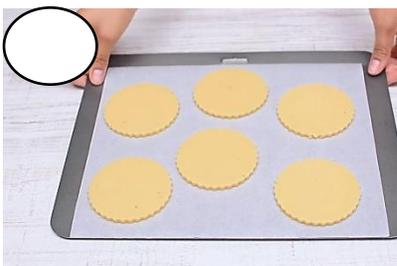
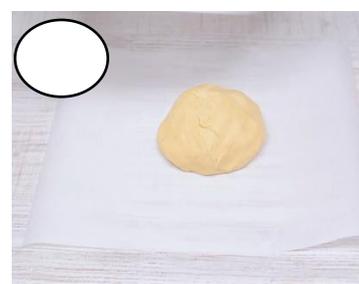
DÍA JUEVES

1- Marca la opción correcta según los ingredientes que necesitamos en la receta:

“Galletitas de manteca”.



2- Ordena el procedimiento de la receta.

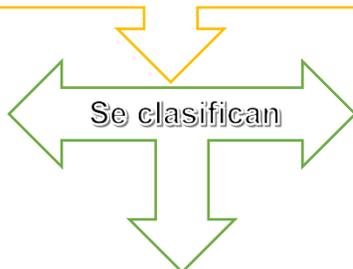


DÍA VIERNES

1- Lee el siguiente texto: “Clasificación de las Harinas”

La clasificación de las harinas se hace en base al grado de gluten o proteína que contiene. Las más ricas en gluten, al retener mucha agua forman masas consistentes y elásticas. Se utilizan sobre todo para realizar la pasta, el pan y algunas masas de repostería.

Harina floja: Absorbe poca agua, no son aptas para hacer pan, pero si bizcochos, masas para crepes, galletas, muffins, magdalenas, etc. Posee menos cantidad de gluten.



Harina de fuerza: Se usa para elaborar sobre todo panes, bollitos, brioche, masas de pizza, etc.

Harina media: Adecuada para cruasán y hojaldre.

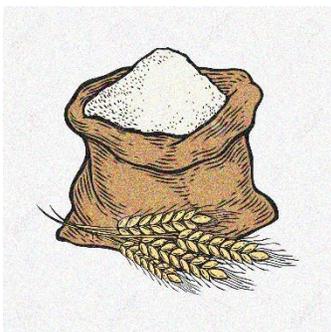


Tabla de equivalencias

Harina 0 = harina de gran fuerza
Harina 00 = harina de media fuerza
Harina 000 = harina de fuerza
Harina 0000 = harina floja

Tipos de harina

- Harina de cebada: Posee poca cantidad de gluten. Se suele usar para espesar salsas y elaboración de alimentos infantiles, como las papillas. También para hacer pan.
- Harina de sémola de trigo: La sémola es la harina gruesa (poco molida) del trigo. Su alto contenido en gluten la convierte en la harina perfecta para hacer pastas y masas.
- Harina de centeno: El centeno junto con el trigo son los cereales que se usan para hacer el pan. Posee un alto contenido en gluten. Su masa es más difícil de manejar debido a su pegajosidad, pero si la mezclamos con otras harinas la masa será más fácil de usar. Además de para hacer pan, es apta para galletas.
- Harina de soja: Al amasarla saldrá una masa compacta y esponjosa, ideal para croquetas, tartas saladas, y para espesar cremas y salsas
- Harina de trigo: Es la más común en la cocina para la elaboración de masas tanto dulces como saladas. También sirve para rebozar carnes y pescados.
- Harina leudante: Es un tipo de harina a la que se le añade un producto leudante, como la levadura en polvo, que sirve para aumentar el volumen de productos que van a ser horneados. Usado mucho para hacer bollos y productos de repostería.

DÍA MIÉRCOLES

1) Resuelve los siguientes apartados:

a) ¿Cómo se clasifican las harinas? Explica cada una de ellas.

b) Según la tabla de equivalencia, ¿qué tipo de harina utilizamos en la receta de las galletitas de manteca? _____

c) Completa el siguiente cuadro.

Harinas	¿Para qué se utiliza?
Harina de cebada	
Harina de sémola de trigo	
Harina de centeno	
Harina de soja	
Harina de trigo	
Harina leudante	

DÍA JUEVES

1) Lee la siguiente receta: "Alfajores"



Ingredientes

Masa:

- 2 huevos
- Manteca 175 gr
- Azúcar impalpable 175 gr
- 1 cucharadita de vainillin
- 15 gr de miel
- Ralladura de ½ limón
- 500 gr de harina 0000
- 14 gr de cacao amargo
- ½ cucharita de bicarbonato
- 25 gr de maicena
- ½ cucharita de polvo para hornear

Relleno

- Dulce de leche repostero 500 gr

Cobertura:

- 400 gr de chocolate semiamargo

Procedimientos

Masa

1. Batir la manteca con el azúcar impalpable hasta que se ponga cremoso.
2. Cuando esté listo agregar el vainillin, la ralladura y la miel. Seguir batiendo con batidora.
3. Agregar de a uno los huevos y batir.
4. Mezclar todos los ingredientes secos y tamizar en la preparación, agregar en 2 veces con ayuda de una espátula. Cuando empiece a espesar la masa continuar con las manos. Estirar y colocar en un papel film y llevar a la heladera por 30 minutos.
5. Estirar aproximadamente con un espesor de 2 o 3 cm y cortar con un cortador circular.
6. Colocar en una fuente enmantecada o con papel manteca.
7. Llevar al horno por 12 o 13 minutos.
8. Cuando se empiecen a dorar ya estarán listas.

Relleno:

1. En una manga pastelera colocar el dulce de leche en forma de caracol en la tapa de la galleta y colocar la otra tapa con mucho cuidado ejerciendo presión para no romperla.
2. Llevar a la heladera por 15 minutos.

Cobertura:

1. Derretir chocolate y bañar los alfajores.
2. Luego colocar en una fuente con papel manteca y dejar enfriar.

DIA VIERNES

1) Marca con verdadero o falso, teniendo en cuenta los ingredientes de la receta:
 Alfajores.



- _____ 3 huevos
- _____ Manteca 175 gr
- _____ Azúcar impalpable 200 gr
- _____ 2 cucharaditas de vainillin
- _____ 25 gr de miel
- _____ Ralladura de ½ limón
- _____ 400 gr de harina 0000
- _____ 144 gr de cacao amargo
- _____ ½ cucharita de bicarbonato
- _____ 250 gr de maicena
- _____ ½ cucharita de polvo para hornear
- _____ 400 gr Dulce de leche repostero
- _____ 500 gr de chocolate semiamargo

2) Busca en la sopa de letra las siguientes palabras:

HARINA – TRIGO – PAN - PRODUCCIÓN – GRANOS - PIZZA - POSTRES

C	N	T	M	N	E	N	E	D	A	G	E	S
A	A	S	S	G	N	I	F	A	A	I	E	N
S	A	N	R	I	R	N	R	G	O	R	A	N
Y	P	P	D	L	O	A	N	N	T	B	I	O
L	I	R	G	T	H	M	M	S	H	S	G	P
A	I	O	O	S	R	A	O	O	R	P	P	R
M	S	A	V	D	A	P	R	P	U	I	R	N
O	A	C	R	R	U	C	N	I	L	P	I	T
L	P	A	N	R	R	C	I	S	N	T	I	R
I	O	A	E	I	H	C	C	P	R	A	C	I
N	C	S	A	O	I	E	I	I	I	I	A	G
O	P	I	Z	Z	A	A	I	P	O	R	E	O
O	G	R	A	N	O	S	D	C	O	N	Ñ	O

Directora Giovanna Marino