

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

ESCUELA EDUCACION ESPECIAL "ALFREDO FORTABAT"

DOCENTE: MINGOLLA CARINA

GRADO: TALLER DE COCINA II

TURNO: TARDE

AREA CURRICULAR: TECNOLOGIA

TÍTULO: COMIDAS TÍPICAS



CONTENIDOS

- ✚ 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

BUSCAMOS RECETAS DE COMIDAS TÍPICAS QUE SE REALIZABAN EN 1810 Y LAS AGREGAMOS EN NUESTRO RECETARIO POR EJEMPLO

LOCRO- PASTELITOS-MAZAMORRA-EMPANADAS ETC.



# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

DIA JUEVES

PREPARACIÓN DE EMPANADAS

## DISCO DE EMPANADAS

INGREDIENTES:

\*1 KILO DE HARINA COMÚN

\*1 TAZA DE GRASA O ACEITE

\*2 CDAS. SAL

\*1/2 LITRO DE AGUA TIBIA

PREPARACIÓN

1. COLOCAR EN UN RECIPIENTE HARINA EN FORMA DE CORONA  
AGREGAR ACEITE O GRASA DERRETIDA Y SAL
2. AGREGAR DE A POCO EL AGUA TIBIA
3. MEZCLAR Y AMASAR DURANTE UNOS MINUTOS
4. ESTIRAR LA MASA CON BOLILLO O PALO DE AMASAR O SI TIENEN  
PASTALINDA
5. BUSCAR UNA TAPITA O PLATO DE POSTRE COMO USAR DE CORTANTE
6. CORTAR LOS DISCOS Y GUARDAR PARA SER UTILIZADOS CON  
DISTINTOS RELLENOS



DIA VIERNES

PREPARAMOS EL RELLENO DE LAS EMPANADAS

SE PUEDEN REALIZAR DISTINTOS RELLENOS COMO: POLLO

CHOCLO

JAMÓN Y QUESO

CARNE, ETC.

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

REALIZAREMOS EL PICADILLO DE CARNE

INGREDIENTES

1 KILO DE CARNE MOLIDA

2 KILO DE CEBOLLA

GRASA

AJÍ-SAL-PIMENTÓN-ORÉGANO

PREPARACIÓN

1. PELAR Y PICAR BIEN CHIQUITA LA CEBOLLA.
2. COLOCAR EN UNA OLLA CON UN POCO DE AGUA CON SAL Y COCINARLA HASTA QUE ESTE TIERNA
3. COLAR LA CEBOLLA
4. EN UNA OLLA COLOCAR LA CARNE MOLIDA CON EL ACEITE O LA GRASA Y COCINARLA UN POQUITO AGREGAR DE A POCO LA CEBOLLA MEZCLANDO BIEN
5. POR ULTIMO AGREGAR LOS CONDIMENTOS
6. DEJAR ENFRIAR
7. RELLENAR LOS DISCOS
8. PONER EN ASADERAS Y LLEVAR A HORNO
9. COCINAR Y DISFRUTAR EN FAMILIA



# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

DIA MIERCOLES

CONTINUAMOS CON DE RECETA PANIFICACIÓN

LUEGO DE REALIZAR PAN CASERO –SEMITAS –TORTITAS AHORA  
REALIZAREMOS PANES SABORIZADOS

ANOTAMOS LA RECETA EN NUESTRO RECETARIO

## PAN DE SALAME

### INGREDIENTES

- 1 KG HARINA
- 1 CUCHARADA SOPERA AZÚCAR
- 1 CUCHARADITA Y MEDIA SAL GRUESA
- 50 G LEVADURA
- 50 G MANTECA O UN CHORRO DE ACEITE
- 250 ML LECHE
- 200 ML AGUA TIBIA
- A GUSTO SALAME



### PREPARACIÓN

COLOCAMOS EN UN BOLS LA HARINA, LA LEVADURA, LA GRASA, Y DE A POCO  
VAMOS AGREGANDO EL AGUA CON LA SAL (SALMUERA) AMASAR HASTA  
OBTENER UNA MASA QUE NO SE PEGUE EN LAS MANOS.

DEJAR LEUDAR MAS O MENOS EL DOBLE DE LA MASA

AGREGAR LOS PEDACITOS DE SALAME

ARMAR LOS PANES Y DEJAR LEUDAR OTROS 20 MINUTOS

POR ULTIMO LLEVAR A HORNO.

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

DIA JUEVES

## PAN DE CEBOLLA

BUSCAR LOS INGREDIENTES QUE NOS DICE LA RECETA (TRATEMOS DE VER LOS QUE TENEMOS EN CASA PARA NO SALIR)

### INGREDIENTES

- 1 KG HARINA
- 1 CUCHARADA SOPERA AZÚCAR
- 1 CUCHARADITA Y MEDIA SAL GRUESA
- 50 G LEVADURA
- 50 G MANTECA O UN CHORRO DE ACEITE
- 250 ML LECHE
- 200 ML AGUA TIBIA
- A GUSTO CEBOLLA

### PREPARACIÓN

COLOCAMOS EN UN BOLS LA HARINA, LA LEVADURA, LA GRASA, Y DE A POCO VAMOS AGREGANDO EL AGUA CON LA SAL (SALMUERA) AMASAR HASTA OBTENER UNA MASA QUE NO SE PEGUE EN LAS MANOS.

DEJAR LEUDAR MAS O MENOS EL DOBLE DE LA MASA

AGREGAR LA CEBOLLA PICADA BIEN CHIQUITA

ARMAR LOS PANES Y DEJAR LEUDAR OTROS 20 MINUTOS

POR ULTIMO LLEVAR A HORNO.



# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

DIA VIERNES

## **PAN DE HIERBAS**

SE REALIZA COMO LOS OTROS PANES SOLO SE CAMBIA EL RELLENO POR LA HIERBA QUE LES GUSTA PUEDE SER PROVENZAL, ORÉGANO, ALBAHACA, ETC.



DIRECTORA: GIOVANNA MARINO