

Guía pedagógica N° 13 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: “Estofado de carne con papas, Galletas de naranja y Fideos al pesto”.

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. Tomando todas las indicaciones para cuidarte.

Ingredientes: Estofado de carne con papas.

- 500 gr. Carne puede ser falda, molida o pollo(lo que tengas en casa)
- 1 kg. de papas, 1 lata de arvejas.
- 2 cebollas medianas, 2 zanahorias, medio pimiento, 2 dientes de ajo y 3 hojas de laurel.
- 1 litro de caldo de carne o agua, sal y pimienta a gusto.
- 200 gr. de puré de tomates.

Día 2:

Preparación:

- Dorar la carne cortada en una olla grande con aceite.
- Añadir las verduras ajo, pimiento y cebolla saltearlos por unos minutos, agregar la zanahoria cortada en cuadritos.
- En la otra cacerola poner agua con un caldo de carne a hervir.(o agua sola)
- Revolver él salteado y agregar la papa cortada en cubitos, sal, pimienta y el laurel.
- Cubrir las papas con caldo o agua.
- Cuando la papa llegue a punto de cocción (no muy blanda) incorporar el puré de tomates y las arvejas dejamos unos minutos y servir caliente.

Día 3

Galletas de naranja

- 2 huevos, jugo y cascara de 1 naranja

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

- 300 gr. de harina.
- 200 gr. de azúcar y medio pocillo de aceite.

Actividades:

Buscar los ingredientes necesarios.

Preparar: bol, espátula, molde para horno, rallador y cortante para galletitas

Día 4

Preparación:

- Batir los huevos incorporar el azúcar.
- Agregar el aceite el jugo y ralladura de naranja
- Añade la harina y mezcla bien formando una masa suave.
- Estirar con un poco de harina en la mesa, con palo de amasar.
- Dejar de medio centímetro la masa y cortar de la forma que gustes.
- Llevar al horno en una placa con un poco de aceite. Cocinar por 10 minutos.



Día 5: Buscar lo necesario

Fideos al pesto.

- 500gr. de fideos. (spaguetti, tirabuzón o el que tengas)
- 2 dientes de ajo, perejil u orégano, aceite, vinagre y sal.

Día 6

Preparación:

1- Cocinar los fideos con sal y unas gotas de aceite.

2- Colar y reservar.

3-Pesto: en un recipiente agregar medio pocillo de aceite tres cucharadas de vinagre los ajos, el perejil cortados bien chiquito y la sal, mezclar hasta integrar. Verter el pesto sobre los fideos y revolver.



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

Directora: Díaz, Vanesa.

Vicedirectora: González, Verónica.