

Guía pedagógica Nº 14 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: “Empanadas de carne, Souffle de verduras y Vainillas con crema”



Contenido:

-La Familia

Desarrollo de actividades: Invitamos a la Familia a la realización de diversas actividades

Día: 1

- Preparar con Mamá una olla grande, cuchillos, espátula, molde para horno, bolillos.
- Encargar a otro miembro de la familia los ingredientes que falten para la elaboración.

Ingredientes: Empanadas de carne.

- 1 kg carne vacuna (molida)
- 2 kg cebollas
- 3 huevos duros
- 100 gr de aceitunas verdes,
- 50gr de grasa, ají, comino, orégano, pimentón y sal.

Masa:

- 1 ½ harina común.
- 250 cc vino blanco
- 200 gr. grasa.
- agua c/n.

Día 2:

Preparación:

- Invitar a los hermanos mayores para pelar y cortar la cebolla.
- Rehogar la cebolla con la grasa durante 5 minutos, sacar el agua, colocarle la carne.
- Revolver para integrar y dejar cocinar 15 minutos.
- Añadir la sal y los condimentos dejar 5 minutos más.

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

- Dejar enfriar.

Día 3

- **Mamá y Papá preparan la masa.**
- Hacer una corona con la harina un huevo en el medio agregar la grasa derretida vino y sal muera (agua tibia con sal) 500cc, integrar si hace falta agregar más líquido. Amasar por unos minutos que quede una lisa. Dejar reposar.
- Hervir los huevos, picar junto con las aceitunas e incorporarlo al picadillo.
- **Todos los integrantes** de la familia preparara las hojas para empanadas, rellenar con picadillo, aceituna y huevo.
- La persona que sepa realizara el repulgue y los hermanos menores pintaran las empanadas con huevo batido.
- Mamá llevara a horno pre calentado a 180° por 15 minutos aproximadamente.
- Servir la mesa y disfrutar en familia!!!

Día 4

Soufflé de verduras.

Preparar: bol, espátula, molde para horno, sartén y batidor.

Con mamá revisar la heladera y utilizar todo lo que tengas de verdura.

Ingredientes

- 2 zapallito verde o zucchini, 1 zanahoria, 1cebolla, pimiento, ajo, espinaca y lo que gustes incorporarle.(resto de pechuga, papas, choclo que quedaron de día anterior)
- Queso rallado sal y pimienta
- 4 huevos, 3 cucharadas de maicena o harina.

Con Papá o un hermano mayor cortaras toda la verdura

- Saltear la cebolla, ajo y pimiento agregar el zapallito verde.
- Rallar la zanahoria puede ir cruda o agregar al salteado.
- Lavar la espinaca cortar en juliana agregar las yemas las verduras salteadas y la maicena (disuelta en medio vaso de agua) el queso rallado, sal y pimienta.

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

- Batir las claras a punto nieve e incorporar a la preparación con movimientos envolventes.
- Colocar toda la preparación en un molde con aceite y llevarlo a horno moderado por 10 minutos, cuando este dorado retirar.



Día 5:

Dividir a la familia en dos grupos: los abuelos o persona más grande del grupo familiar será el encargado de esconder un objeto (tesoro escondido). El grupo que encuentre el tesoro será el ganador.

Día 6

El grupo que no encontró el tesoro hará el postre

Vainillas con crema pastelera

Ingredientes

- 500 cc de leche
- 4 yemas
- 125 de azúcar
- 50gr de maicena

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

- Ralladura de un limón esencia de vainilla media cucharadita.
- 50 gr de manteca (opcional)
- 2 paquetes de galletas de vainilla

Preparación:

-Poner una cacerola con la leche (400 cc) a fuego medio con el azúcar y la ralladura de limón

-Con los otros 100 cc de leche disolver la maicena y agregar yemas batiendo bien, añadir a la leche que está en el fuego y revolver constantemente para que no se formen grumos.

- Apenas comience a hervir apagar el fuego, agregar la esencia de vainilla y la manteca.

-En una fuente colocar las galletas y encima agregarle la crema, llevar a la heladera tapado con papel film por 4 horas.



Que degusten en familia!!!!

Directora: Díaz, Vanesa.

Vicedirectora: González, Verónica.