

MÓDULO DIDÁCTICO DE REPOSTERIA

DECIMO GRADO

agosto 2020



DE DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE PUERTO RICO

Página web: <https://de.pr.gov/>  Twitter: @educacionpr

CONTENIDO

Tabla de Contenido

.....	2
LISTA DE COLABORADORES	3
CARTA PARA EL ESTUDIANTES, LAS FAMILIAS Y MAESTROS	4
CALENDARIO DE PROGRESO EN EL MÓDULO	7
Lección 1. Historia de la repostería	8
Lección 2. Profesiones	14
Lección 3. La receta	21
Lección 4. Lenguaje de la receta	30
Lección 5. Seguridad y sanitización	44
Lección 6. Higiene	55
Lección 7. Utensilios	64
Lección 8. Alteración de la Receta	71
Lección 9. Alteración de la Receta II	80
Lección 10. Mise en Place	93
CLAVES DE RESPUESTA DE EJERCICIOS DE EJERCICIOS DE PRÁCTICA	97
REFERENCIA	106
GUÍA DE ACOMODOS RAZONABLES	107

Nota. Este módulo está diseñado con propósitos exclusivamente educativos y no con intención de lucro. Los derechos de autor (*copyrights*) de los ejercicios o la información presentada han sido conservados visibles para referencia de los usuarios. Se prohíbe su uso para propósitos comerciales, sin la autorización de los autores de los textos utilizados o citados, según aplique, y del Departamento de Educación de Puerto Rico.

LISTA DE COLABORADORES

Brenda E. Torres García
Rosanette Hernandez Rivera
Marilyn Espinosa Arroyo

CARTA PARA EL ESTUDIANTES, LAS FAMILIAS Y MAESTROS

Estimado estudiante:

Este módulo didáctico es un documento que favorece tu proceso de aprendizaje. Además, permite que aprendas en forma más efectiva e independiente, es decir, sin la necesidad de que dependas de la clase presencial o a distancia en todo momento. Del mismo modo, contiene todos los elementos necesarios para el aprendizaje de los conceptos claves y las destrezas de la clase de *Panadería y Repostería*, sin el apoyo constante de tu maestro. Su contenido ha sido elaborado por maestros, facilitadores docentes y directores de los programas académicos del Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) para apoyar tu desarrollo académico e integral en estos tiempos extraordinarios en que vivimos.

Te invito a que inicies y completes este módulo didáctico siguiendo el calendario de progreso establecido por semana. En él, podrás repasar conocimientos, refinar habilidades y aprender cosas nuevas sobre la clase de *Panadería y Repostería* por medio de definiciones, ejemplos, lecturas, ejercicios de práctica y de evaluación. Además, te sugiere recursos disponibles en la internet, para que amplíes tu aprendizaje. Recuerda que esta experiencia de aprendizaje es fundamental en tu desarrollo académico y personal, así que comienza ya.

Estimadas familias:

El Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) comprometido con la educación de nuestros estudiantes, ha diseñado este módulo didáctico con la colaboración de: maestros, facilitadores docentes y directores de los programas académicos. Su propósito es proveer el contenido académico del curso de *Panadería y Repostería* para las primeras diez semanas del nuevo año escolar. Además, para desarrollar, reforzar y evaluar el dominio de conceptos y destrezas claves. Ésta es una de las alternativas que promueve el DEPR para desarrollar los conocimientos de nuestros estudiantes, tus hijos, para así mejorar el aprovechamiento académico de estos.

Está probado que cuando las familias se involucran en la educación de sus hijos mejora los resultados de su aprendizaje. Por esto, te invitamos a que apoyes el desarrollo académico e integral de tus hijos utilizando este módulo para apoyar su aprendizaje. Es fundamental que tu hijo avance en este módulo siguiendo el calendario de progreso establecido por semana.

El personal del DEPR reconoce que estarán realmente ansiosos ante las nuevas modalidades de enseñanza y que desean que sus hijos lo hagan muy bien. Le solicitamos a las familias que brinden una colaboración directa y activa en el proceso de enseñanza y aprendizaje de sus hijos. En estos tiempos extraordinarios en que vivimos, les recordamos que es importante que desarrolles la confianza, el sentido de logro y la independencia de tu hijo al realizar las tareas escolares. No olvides que las necesidades educativas de nuestros niños y jóvenes es responsabilidad de todos.

Estimados maestros:

El Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) comprometido con la educación de nuestros estudiantes, ha diseñado este módulo didáctico con la colaboración de: maestros, facilitadores docentes y directores de los programas académicos. Este constituye un recurso útil y necesario para promover un proceso de enseñanza y aprendizaje innovador que permita favorecer el desarrollo holístico e integral de nuestros estudiantes al máximo de sus capacidades. Además, es una de las alternativas que se proveen para desarrollar los conocimientos claves en los estudiantes del DEPR; ante las situaciones de emergencia por fuerza mayor que enfrenta nuestro país.

El propósito del módulo es proveer el contenido del curso de *Panadería y Repostería* para las primeras diez semanas del nuevo año escolar. Es una herramienta de trabajo que les ayudará a desarrollar conceptos y destrezas en los estudiantes para mejorar su aprovechamiento académico. Al seleccionar esta alternativa de enseñanza, deberás velar que los estudiantes avancen en el módulo siguiendo el calendario de progreso establecido por semana. Es importante promover el desarrollo pleno de estos, proveyéndole herramientas que puedan apoyar su aprendizaje. Por lo que, deben diversificar los ofrecimientos con alternativas creativas de aprendizaje y evaluación de tu propia creación para reducir de manera significativa las brechas en el aprovechamiento académico.

El personal del DEPR espera que este módulo les pueda ayudar a lograr que los estudiantes progresen significativamente en su aprovechamiento académico. Esperamos que esta iniciativa les pueda ayudar a desarrollar al máximo las capacidades de nuestros estudiantes.

Estructura general del módulo

La estructura general de módulo en la siguiente:

PARTE	DESCRIPCIONES
• Portada	Es la primera página del módulo. En ella encontrarás la materia y el grado al que corresponde le módulo.
• Contenido (Índice)	Este es un reflejo de la estructura del documento. Contiene los títulos de las secciones y el número de la página donde se encuentra.
• Lista de colaboradores	Es la lista del personal del Departamento de Educación de Puerto Rico que colaboró en la preparación del documento.
• Carta para el estudiante, la familia y maestros	Es la sección donde se presenta el módulo, de manera general, a los estudiantes, las familias y los maestros.
• Calendario de progreso en el módulo (por semana)	Es el calendario que le indica a los estudiantes, las familias y los maestros cuál es el progreso adecuado por semana para trabajar el contenido del módulo.
• Lecciones <ul style="list-style-type: none">▪ Unidad▪ Tema de estudio▪ Estándares y expectativas del grado▪ Objetivos de aprendizaje▪ Apertura▪ Contenido▪ Ejercicios de práctica▪ Ejercicios para calificar▪ Recursos en internet	Es el contenido de aprendizaje. Contiene explicaciones, definiciones, ejemplos, lecturas, ejercicios de práctica, ejercicios para la evaluación del maestro, recursos en internet para que el estudiante, la familia o el maestro amplíen sus conocimientos.
• Claves de respuesta de ejercicios de práctica	Son las respuestas a los ejercicios de práctica para que los estudiantes y sus familias validen que comprenden el contenido y que aplican correctamente lo aprendido.
• Referencias	Son los datos que permitirán conocer y acceder a las fuentes primarias y secundarias utilizadas para preparar el contenido del módulo.

CALENDARIO DE PROGRESO EN EL MÓDULO

DÍAS / SEMANAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
2	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
3	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
4	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
5	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
6	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
7	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
8	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
9	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida
10	Leer lectura	Releer y ver recurso de Internet	Ejercicio de aplicación	Ejercicio de Calificación	Receta Sugerida

Unidad: Profesionalismo

Tema: Historia de la pastelería

Estándares y expectativas: Aplica los principios de los alimentos

Objetivo: El estudiante conocerá los principios de la repostería

LECCIONES

Lección 1. Historia de la repostería

La repostería, confitería o pastelería es el arte de preparar o decorar pasteles u otros postres. El término repostería es el que se utiliza para denominar al tipo de gastronomía que se basa en la preparación, y decoración de platos dulces tales como tartas, pasteles, galletas, budines, etc.

La palabra pastel, que proviene de la palabra francesa *watel* que significa “alimento”, aunque esta otra proviene del latín tardío, *pasta*, que, a su vez, se le llamaba en la antigüedad clásica a la mezcla de harina y sal.

La pastelería a lo largo de la Historia

Remontándonos a épocas prehistóricas, se sabe que los hombres prehistóricos fueron atraídos por lo azucarado que se extraía de la savia del arce o del abedul, frutas, semillas y de la miel silvestre. En los primeros escritos se registra que los egipcios son los primeros en seguir instrucciones manuales para hornear el pan. Estos, fueron los primeros en crear una herramienta llamada horno y, a su vez, crearon otra herramienta para remover y retirar del fuego los moldes con el pan.

En un principio se pensó que la caña de azúcar procedía de la India, pero se cree que proviene de Nueva Guinea, donde hace 8.000 años ya se utilizaba en los jardines como adorno. También se cortaba y masticaba por su sabor, se cultivó y consumió por numerosas islas del sur del Pacífico, hasta que llega a la India. Antes del comienzo de la era cristiana empezó a cultivar una miel de caña que sustituyó a la miel de abeja en la elaboración. Los griegos y romanos conocían el azúcar cristalizado y lo emplearon en la elaboración de bebidas. Pero fue en Persia, unos quinientos años A.C., que pusieron en práctica métodos para la obtención del azúcar en estado sólido. Los árabes extendieron su cultivo por toda la Ribera del Mediterráneo. En los países árabes se hicieron muy

VOCABULARIO

Pastelería= El oficio y el arte de hacer toda clase de pasteles y dulces.

Repostería= es un oficio que se encarga de preparar y decorar dulces, tales como tortas, ponqués, galletas, cremas, salsas dulces, pasteles, budines y confites.

Tahonero= panadero

Pastel=proviene de la palabra francesa *watel* que significa alimento

populares los dulces de azúcar con frutos secos y con el azúcar como tal. Se consideraba como una golosina exquisita y que a la vez tenía propiedades curativas.

Por otro lado, la introducción del cacao en Europa incrementó el consumo de azúcar por la excelente combinación. Es también importante indicar que el origen de muchos dulces resurgió en la necesidad de encontrar métodos para la conservación de alimentos. Un ejemplo es, en la preservación de la leche que se calentaba con la azúcar, dándole vueltas y dejándola que se enfriara para producir la leche condensada con un sabor agradable. Igual se puede decir de frutas y azúcar sometidas a cocción, para producir jaleas.

En otros casos, surgieron otros dulces ante la necesidad de preservación de alimentos que existían en abundancia. Así, por ejemplo, surgió el turrón por la gran cantidad existente de almendras y miel en determinadas regiones.

El primer libro de gastronomía fue escrito por Archestratus en el siglo IV, del que solo se conocen fragmentos

Siglo XVI: la pastelería ya contaba con su propia historia cuando en el 1566, bajo Carlos IX, aparece con la Corporación de Pasteleros, que regulaba el oficio.

Siglo XVII: se descubre el empleo de la levadura biológica que especializa las profesiones de los panaderos, por una parte y de pastelero por otra; habiendo puntos comunes en el trabajo de las masas de panes y pasteles.

Siglo XVIII: se desarrolla en Francia las pastas, hojaldres, la pastelería ya tenía lo esencial de sus bases.

Siglo XIX: es la época en que Antonin Careme, el famoso cocinero y pastelero real, publica su obra, El Pastelero Real, considerada como la primera de la pastelería moderna. En esta época las recetas eran precisas, los modos de fabricación, la tecnología, mejora los utensilios, selecciona y especializa sus materias primas.

Siglo XX: dominio del frío (y del calor) como factor de evolución mejora la calidad y la productividad.

Ejercicios de aplicación: Luego de haber leído la historia de la pastelería, contesta con una C si es cierto o con una F si es falso.

- ___ 1. La repostería, confitería o pastelería es el arte de preparar o decorar pasteles u otros postres.
- ___ 2. Remontándonos a épocas prehistóricas, se sabe que los hombres prehistóricos fueron atraídos por lo azucarado que se extraía solo de las frutas silvestre.
3. El término repostería es el que se utiliza para denominar al tipo de gastronomía que se basa en la preparación, y decoración de platos inventados.
- ___ 4. Los egipcios fueron los primeros en crear una herramienta llamada horno y otra para remover y retirar del fuego los moldes con el pan.
- ___ 5. En los primeros escritos se registra que los egipcios son los primeros en seguir instrucciones manuales para hornear el pan.
- ___ 6. En un principio se pensó que la caña de azúcar procedía de la India.
- ___ 7. La caña de azúcar se cree que proviene de Nueva Guinea.
- ___ 8. En Nueva Guinea se utilizaba la caña de azúcar en los jardines como planta medicinar.
- ___ 9. Los griegos y romanos conocían el azúcar cristalizado y lo emplearon en la elaboración de bebidas.
- ___ 10. En Persia, unos quinientos años A.C. pusieron en práctica métodos para la obtención del azúcar en estado sólido.
- ___ 11. La introducción del cacao en Europa incrementó el consumo de azúcar por la excelente combinación.
- ___ 12. Surgieron otros dulces ante la necesidad de preservación de alimentos que existían en abundancia.
- ___ 13. En los países árabes se hicieron muy populares los dulces de azúcar con frutos secos.
- ___ 14. Con el azúcar como tal se consideraba como una golosina exquisita y que a la vez tenía propiedades curativas en los países árabes.
- ___ 15. El primer libro de Gastronomía fue escrito por Archestratus en el siglo IV del que solo se conocen fragmentos.

II. Parea la columna A con la columna B, la historia de la pastelería con cada siglo.

COLUMNA A	COLUMNA B
_____1. Siglo XVI	A. Es la época en que Antonin Careme, el famoso cocinero Pastelero Real, publica su obra, <i>El Pastelero Real</i> , considerada como la primera de la pastelería moderna. En esta época las recetas eran precisa, los modos de fabricación, la tecnología mejora los utensilios selecciona y especializa sus materias primas
_____2. Siglo XIX	B. Dominio del frío (y del calor) como factor de evolución mejora la calidad y la productividad.
_____3. Siglo XX	C. Se desarrolla en Francia las pastas, hojaldres, la pastelería ya tenía lo esencial de sus bases.
_____4. Siglo XVII	Ch. Se descubre el empleo de la levadura biológica que especializa las profesiones de los panaderos, por una parte y de pastelero por otra; habiendo puntos comunes en el trabajo de las masas de panes y pasteles.
_____5. Siglo XVIII	D. La pastelería ya contaba con su propia historia cuando 1566 bajo Carlos IX, aparece con la Corporación de Pasteleros, que regula el oficio.

Receta sugerida:

Mermelada de Fresa

Ingredientes:

2.5 libras de fresa

4 tazas de azúcar

¼ taza de jugo de limón

Procedimiento:

1. En un tazón amplio, machaca las fresas poco a poco hasta que tengas 4 tazas de fruta machacada.
2. En una cacerola, mezcla las fresas, azúcar y jugo de limón.
3. Cocina a fuego bajo, sin dejar de mover, hasta que el azúcar se haya disuelto.
4. Sube el fuego a alto y deja que la mezcla hierva, sin dejar de mover, hasta que alcance una temperatura de 105° centígrados (220° F).
5. Vierte dentro de frascos esterilizados y limpio. Luego ponlo a refrigerar.

Recurso de internet:

Historia de la pastelería

https://www.youtube.com/watch?v=kQcF_v2lwoc

Unidad: Profesionalismo

Tema: Profesiones

Estándares y expectativas: Aplica los principios de los alimentos

Objetivo: El estudiante conocerá los principios de la repostería

Lección 2. Profesiones

Las personas trabajan por diferentes razones, la principal de ellas es para ganar el sustento para su familia. Otro beneficio de trabajar es que las personas se enorgullecen de su ocupación y de sentirse realizados. Las personas escogen diferentes profesiones de acuerdo con sus intereses y experiencias. Muchas personas prefieren trabajos físicos y otras creativos. A continuación, algunas de las profesiones que se pueden encontrar en el campo laboral de la repostería.

El **pastelero** elabora postres y otros dulces en obradores y establecimientos de restauración. Trabaja en obradores, industrias alimentarias o establecimientos de restauración elaborando diferentes tipos de postres y otros dulces.

Sus principales tareas son:

- Confeccionar la oferta de productos de pastelería y repostería, realizar aprovisionamiento y controlar consumos.
- Elaborar galletas, pasteles, tartas y otros productos hechos con harina.
- Elaborar postres de restauración emplatados y listos para su consumo.
- Diseñar decoraciones para pastelería y montar exposiciones y escaparates tipo buffet.
- Preparar y presentar productos de pastelería y repostería a partir de elaboraciones básicas.
- Elaborar y presentar productos de pastelería salada.

VOCABULARIO

Repostería

domestica= es la repostería que se elabora en los hornos caseros y se distribuye de persona a persona. Lo hacen a nivel independiente.

Repostería fina=

mercado de empleo en el área de la panadería para los profesionales del campo que enfrentan al dominio de destrezas y creatividad en productos llamados gourmets.

Panadería industrial=

suple a establecimiento comerciales como restaurantes, instituciones y negocios que se dedican a la industria turística, de alimentos o supermercados.

- Combinar los ingredientes medidos en recipientes de máquinas de mezclado, amasado o cocción.
- Comprobar la calidad de las materias primas para garantizar que se cumplen las normas y especificaciones.
- Aplicar baños, glaseados y otras coberturas a los productos horneados, usando espátulas o pinceles.
- Diseñar y modificar las fichas técnicas de fabricación.
- Comprobar la limpieza de los equipos y el estado del local antes de la producción para garantizar que se cumple con la normativa de salud y seguridad en el trabajo.

Este profesional puede trabajar como autónomo en su pequeño negocio de pastelería, si es así, además, tendrá que asumir tareas de gestión del negocio y venta como:

- a) Realizar la administración, gestión y comercialización de una pequeña empresa o taller.
- b) Publicar y promocionar los productos elaborados haciendo uso de las técnicas de comercialización y marketing.
- c) Atender a los clientes y vender sus productos.

Si el pastelero trabaja en su propio negocio o en pastelerías que venden productos del día, su horario de trabajo será por la noche o muy temprano por la mañana, para que cuando se abran las puertas al público estén listos todos los pasteles. Si trabaja en alguna industria alimentaria puede que trabaje por turnos, y si lo hace en un establecimiento de restauración sus horarios de trabajo se adaptarán al horario de este.

Perfil Profesional

- Para ser pastelero se deben poseer las siguientes características
- Persona polivalente.
- Buenas habilidades manuales.
- Conocimientos técnicos de pastelería.
- Creatividad.
- Innovación.
- Ganas de aprender.

La formación complementaria en pastelería o similar son conocimientos valorados para este profesional.

Competencias

- Capacidad para realizar varias tareas al mismo tiempo.
- Certificado de manipulación e higiene de los alimentos.
- Controla la máquina de hornear.
- Elabora, cuece y termina diferentes tipos de panes, bollos, pasteles y pastas saladas.
- Glasea y decora productos de panadería y confitería.

Tareas de un Repostero / Repostera

- Determinar el tipo de dulces y las cantidades a utilizar, p.ej., mediante el estudio de programas de producción.
- Pedir los ingredientes a los mayoristas.
- Preparar ingredientes (peso, medida, mezcla, disolver y hervir en cacerolas) según las recetas.
- Comprobar la consistencia del lote, por ejemplo: usando una espátula de acero inoxidable o con un equipo de medición como un refractómetro.
- Dar forma a la mezcla antes de llevarla al horno.
- Cargar y vaciar la mezcla de los hornos usando bidones y bandejas.
- Manejar el equipo, p.ej., combinando máquinas, hornos y otras herramientas.
- Monitorizar el proceso de producción (p.ej., el control de la temperatura y la presión en los hornos) y realizar ajustes si fuera necesario.
- Glasear o decorar con glaseado o crema.
- Clasificar e inspeccionar los productos terminados o parcialmente terminados.
- Comprobar, limpiar y mantener la limpieza del equipo y los utensilios para asegurarse de que se cumplan las normativas con respecto a la salud y a la seguridad.

Ejercicios de aplicación:

- 1. El profesional pastelero puede trabajar como autónomo en su pequeño negocio de pastelería, si es así, además, tendrá que asumir tareas de gestión del negocio y venta como:
 - a. _____

 - b. _____

 - c. _____

- 2. Para ser pastelero se deben poseer las siguientes características:
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____
 - d. _____
 - e. _____
 - f. _____

- 3. Menciona las Competencias complementarias para el profesional pastelero:
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____
 - d. _____
 - e. _____

Ejercicios para calificar:

I. Define el siguiente vocabulario:

- 1. Repostería doméstica:

- 2. Repostería fina:

- 3. Panadería Industrial:

II. Menciona las 11 tareas del pastelero:

- 1. _____

- 2. _____

- 3. _____

- 4. _____

• 5. _____

• 6. _____

• 7. _____

• 8. _____

• 9. _____

• 10. _____

• 11. _____

Recetas Sugerida

Cheese Cake sin horno

Ingredientes:

- 1 pqt de queso crema
- 1 sobre de gelatina sin sabor
- 1 cucharada de vainilla
- ½ taza de azúcar
- 1pqt de pie crust (lo consigues en el supermercado)
- 1 taza de agua hirviendo

Procedimiento:

1. Mezclas la azúcar con el sobre de gelatina sin sabor y la mezclas con el agua hirviendo y la mueves hasta que esté bien diluido.
2. Luego mezclas el queso crema con la vainilla
3. Luego mezclas el agua de la azúcar y la gelatina con el queso y la vainilla hasta que quede uniformemente, una vez este todo uniforme lo viertes sobre el pie crust.
4. Lo pones a enfriar por 3 horas. Si todavía te queda mermelada de fresa de la receta anterior puedes ponerle sobre el *cheese cake* o cualquier otra mermelada que gustes.

Recurso de internet:

Profesión: Chef ejecutivo y de Pastelería

<https://www.youtube.com/watch?v=s8W3E8t700s>

Unidad: La Receta

Tema: La Receta

Estándares y expectativas: Aplica los principios de los alimentos

Objetivo: El estudiante conocerá los principios de la repostería

Lección 3. La receta

- El secreto del éxito en la preparación de alimentos es saber cómo elaborar correctamente las recetas.
- Una receta es una guía, que está compuesta de una lista de ingredientes y una lista de instrucciones para que tú cocines un producto en específico.
- Ofrece la información a utilizar como las cantidades adecuadas de cada ingrediente y cómo mezclarlos de la mejor manera.
- Si comprendes los términos de la receta y sigues las indicaciones con exactitud, puedes elaborar muchos platos deliciosos.
- Existe una gran variedad de libros de recetas que ayudan a las personas sin experiencia a aprender a cocinar.
- Algunas veces podemos cambiar un ingrediente para darle un toque personal a la receta, o podemos escribir nuestras propias recetas.
- Una receta contiene varias partes y cada una de ellas tiene su función.

Indicaciones de una receta:

Las recetas se escriben de diferentes formas. Sin embargo, todas incluyen la misma información básica.

- ▶ **Ingredientes-* Son los alimentos. Fíjate en detalles particulares, como “almendras picadas en rebanadas” o azúcar morena”.
- ▶ **Cantidades-* las recetas indican la cantidad exacta de cada ingrediente.

Es importante conocer las medidas y las abreviaturas.

- ▶ **Instrucciones-* Deben ser claras y explicar paso a paso sobre cómo combinar los ingredientes.

- ▶ **Envases-* Los tamaños de los recipientes, ollas y sartenes que se necesitan. Procura preparar cada receta en el recipiente adecuado.
- ▶ **Temperatura-* Debes saber controlar la temperatura del horno y de otros equipos. Cada receta indica la temperatura de cocción, no siempre es igual, la más usada es 350°F.
- ▶ **Tiempo-* Debes saber cuánto tarda en cocinarse o cuánto tiempo puede refrigerarse un alimento.
- ▶ **Rendimiento-* Es el estimado o el número estimado de porciones o de raciones.
- ▶ **Raciones-* es una porción de comida en partes iguales. Es para cuantas personas da la receta.

Formato de la receta:

- ▶ El tipo de recetas que vas a ver con más frecuencia es en formato normal o tradicional.
- ▶ **El procedimiento para seguir una receta es el mismo sin importar el formato en el cual se presenta la receta.*

Formato normal o tradicional: es una lista de todos los ingredientes en el orden en el cual se debe emplear y las instrucciones paso a paso para preparar un alimento.

Observa las diferentes partes de la receta que están circuladas y veras como las podrás identificar en cualquiera de los formatos.

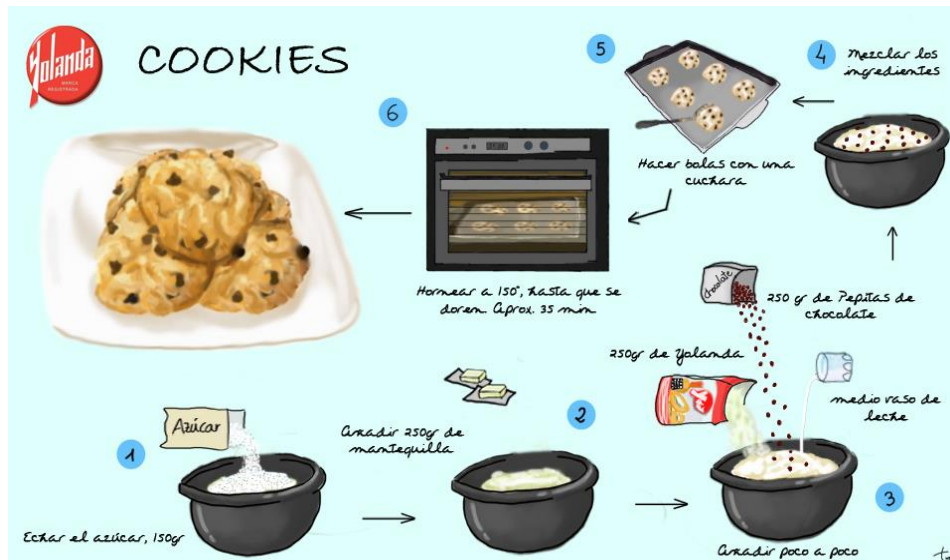
The diagram shows a recipe card for "Batido de fresas" with the following components:

- Nombre de la receta:** Batido de fresas
- Raciones:** (4 porciones)
- Lista de ingredientes:**
 - ✓ 4 fresas frescas o congeladas.
 - ✓ 1 cda. de azúcar.
 - ✓ 2 oz. de leche evaporada.
 - ✓ una tza. de hielo.
- Instrucciones o procedimiento:**
 1. Mezcla las fresas, el azúcar y la leche en una licuadora.
 2. Añade el hielo a la mezcla.
 3. Sirve en copas.

Formato narrativo: es un párrafo que describe los pasos y los ingredientes en orden sucesivo, para preparar un alimento. Este formato se emplea algunas veces en periódicos y revistas porque utiliza menos espacio.

Horneado de queso: Precaliente el horno a 350°F. Corte 10 tajadas de pan en cuadros de 1 pulg. Mezcle con 1½ tazas de queso en trozos en un molde engrasado para hornear, de 9 x 13 pulg. Colóquelo a un lado. Bata 3 huevos. Agregue a los huevos 1½ tazas de leche, 1 cucharadita de mostaza preparada y 1½ cucharaditas de sal. Mezcle bien y vierta sobre el pan y el queso en el molde. Hornee durante 25 minutos. Sirva inmediatamente. Rinde 6 porciones de ¾ de taza cada una.

Formato ilustrado: puede ser una receta de formato normal o narrativa para la mayoría de la receta esta expresada en láminas que demuestran los ingredientes y el procedimiento.



Cambiar un formato no hace la diferencia, es la misma receta.

Formato normal
o tradicional

Horneado de queso

Rendimiento: 6 porciones de $\frac{3}{4}$ de taza cada una

10 tajadas de pan
 $\frac{1}{2}$ t. de queso en trozos
3 huevos

$\frac{1}{2}$ t. de leche
1 cdt. de mostaza preparada
 $\frac{1}{2}$ cdtas de sal

1. Precalentar horno a 350 °F.
2. Cortar el pan en cuadros de 1 pulgada.
3. Mezclar el pan y el queso en un molde para hornear de 9 x 13 pulg., previamente engrasado. Colocar a un lado.
4. Batir los huevos. Agregar la leche, la mostaza y la sal. Mezclar bien.
5. Verter la mezcla de huevos sobre el pan y el queso en el molde.
6. Hornear durante 25 minutos. Servir de inmediato.

Formato narrativo

Horneado de queso: Precaliente el horno a 350°F. Corte 10 tajadas de pan en cuadros de 1 pulg. Mezcle con $\frac{1}{2}$ tazas de queso en trozos en un molde engrasado para hornear, de 9 x 13 pulg. Colóquelo a un lado. Bata 3 huevos. Agregue a los huevos $\frac{1}{2}$ tazas de leche, 1 cucharadita de mostaza preparada y $\frac{1}{2}$ cucharaditas de sal. Mezcle bien y vierta sobre el pan y el queso en el molde. Hornee durante 25 minutos. Sirva inmediatamente. Rinde 6 porciones de $\frac{3}{4}$ de taza cada una.



Figura 13.3

Formatos de las recetas

¿Qué tipo de receta estás más acostumbrado a utilizar?

Antes de empezar a preparar un postre, estudia atentamente la receta:

Si no está completa y clara cámbiala por otra. Algunas recetas no son rígidas, pues pueden cambiarse de acuerdo con el gusto personal. Puedes experimentar con las especias y sabores para darles un sabor diferente. Esta es la parte divertida de la pastelería.

Algunas recetas no se pueden alterar tan fácilmente, en especial los bizcochos, debes seguir la receta al pie de la letra para obtener buenos resultados. Al cocinero, con frecuencia, le gusta experimentar para lograr sus propias variantes. Deben intentarlo varias veces antes de tener éxito.

Ejercicios de aplicación:

Lección 3: La receta

Instrucciones: Parea el vocabulario de la **Columna A** con su definición de la **Columna B**.

COLUMNA A

- ___ 1. Envases
- ___ 2. Instrucciones
- ___ 3. Tiempo
- ___ 4. Temperatura
- ___ 5. Cantidades
- ___ 6. Rendimiento
- ___ 7. Raciones Ingredientes
- ___ 8. Receta
- ___ 9. Formato normal o tradicional
- ___ 10. Formato ilustrado

COLUMNA B

- A-** Puede ser una receta de formato normal o narrativa para la mayoría de las recetas, esta expresada en laminas que demuestran los ingredientes y procedimientos.
- B-** Las recetas indican la cantidad exacta de cada ingrediente. Es importante conocer las medidas y las abreviaturas.
- C-** Deben ser claras y explicar paso a paso sobre cómo combinar los ingredientes.
- D-** Los tamaños de los recipientes, ollas y sartenes que se necesitan. Procura preparar cada receta en el recipiente adecuado.
- E-** Debes saber controlar la temperatura del horno y de otros equipos. Cada receta indica la temperatura de cocción, no siempre es igual, la más usada es 350°F.
- F-** Es una guía, que está compuesta de una lista de ingredientes y una lista de instrucciones para que tú cocines un producto en específico.
- G-** Debes saber cuánto tarda en cocinarse o cuánto tiempo puede refrigerarse un alimento.
- H-** Es el estimado o el número estimado de porciones o de raciones.
- I-** Es una porción de comida en partes iguales. Es para cuantas personas da la receta.
- J-** Es una lista de todos los ingredientes en el orden en el cual se debe emplear y las instrucciones paso a paso para preparar un alimento.
- K-** Puede ser una receta de formato normal o narrativa para la mayoría de la receta esta expresada en láminas.

Contesta con una **C** si es cierto o con una **F** si es falso:

- ___1. El secreto del éxito en la preparación de alimentos es saber cómo elaborar correctamente las recetas.
- ___2. Una receta es una guía, que está compuesta de solo una lista de instrucciones para que tú cocines un producto en específico.
- ___3. Ofrece la información a utilizar como las cantidades adecuadas de cada ingrediente y cómo mezclarlos de la mejor manera.
- ___4. Si quieres ser un buen cocinero(a) debes utilizar siempre una receta. Si sabes cómo leer y seguir una receta, te garantizo que tendrás mucho "éxito" en la pastelería.
- ___5. Todas las recetas las encontrarás escritas de la misma manera. Algunas son más fáciles de seguir que otras.
- ___6. Mientras aprendes a cocinar, comienza con recetas complicadas y difíciles de interpretar.
- ___7. No es importante comprender los términos de la receta y seguir las indicaciones con exactitud, para elaborar muchos platos deliciosos.
- ___8. Existe una gran variedad de libros de recetas que ayudan a las personas sin experiencia para aprender a cocinar.
- ___9. Nunca podemos cambiar un ingrediente para darle un toque personal a la receta, tampoco podemos escribir nuestras propias recetas.
- ___10. Una receta contiene varias partes y cada una de ellas tiene su función.

Circula en la receta el nombre de las indicaciones de la siguiente receta de acuerdo a la información que ofrece y para con la **columna A** de la derecha del papel con una raya.

FLAN DE VAINILLA

(10 porciones de 3 onzas por ración)

Ingredientes:

6 huevos

1 lata de leche condensada

2 lata de leche evaporada

1 cucharadita de fécula de maíz diluida en 2 cucharadas de agua

1 cucharadita de extracto de vainilla

Procedimiento:

1. Para acaramelar el molde: Utiliza 1 ½ taza de azúcar y a fuego moderado en la estufa, deje derretir y cuando se torne un color dorado, vierta por el molde hasta que seque. Deje enfriar a temperatura ambiente.
2. En la licuadora bata todos los ingredientes juntos hasta que se unan bien, empezando con los huevos y añadiendo las leches, la fécula de maíz diluida en agua y la vainilla.
3. Vierta en el molde acaramelado.
4. Luego se coloca en el horno a 350°F en baño de María por 1 hora.
5. Deje enfriar 4 horas en el refrigerador antes de sacarlo del molde.

COLUMNA A:

PARA PAREAR TRAZANDO UNA RAYA CON LAS INDICACIONES DE LA RECETA

***Título de la receta**

***Lista de Ingredientes**

***Cantidades**

***Instrucciones**

***Envases**

***Equipos**

***Temperatura**

***Tiempo**

***Rendimiento**

***Raciones**

Ejercicios para calificar:

Cambia el formato de esta receta de Formato Normal a Formato Narrativo. Si el espacio no es suficiente termina de escribir por detrás del papel. También puedes realizarlo en un papel en blanco, si deseas.

FLAN DE VAINILLA (FORMATO NORMAL)

(10 porciones de 3 onzas por ración)

Ingredientes:

6 huevos

1 lata de leche condensada

2 lata de leche evaporada

1 cucharadita de fécula de maíz diluida en 2 cucharadas de agua

1 cucharadita de extracto de vainilla

Procedimiento:

1. Para acaramelar el molde: Utiliza 1 ½ taza de azúcar y a fuego moderado en la estufa, deje derretir y cuando se torne un color dorado, vierta por el molde hasta que seque. Deje enfriar a temperatura ambiente.
2. En la licuadora bata todos los ingredientes juntos hasta que se unan bien, empezando con los huevos y añadiendo las leches, la fécula de maíz diluida en agua y la vainilla.
3. Vierta en el molde acaramelado.
4. Luego se coloca en el horno a 350°F en baño de María por 1 hora.
5. Deje enfriar 4 horas en el refrigerador antes de sacarlo del molde.

Recurso de internet:

Tipo de texto: Receta de cocina

<https://www.youtube.com/watch?v=3iuodvh1HWE>

Unidad: La Receta

Tema: Lenguaje de la receta

Estándares y expectativas: Utiliza recetas de cocina

Objetivo: Examina los términos culinarios, medidas y equivalencias.

Lección 4. Lenguaje de la receta

Las recetas tienen su propio lenguaje especial. Para que seas capaz de seguirlas debes conocer algunas abreviaturas y términos comunes de cocinar, que pueden hacer la diferencia a la hora de interpretar una receta. Una abreviatura o término mal interpretado puede dañar la receta, provocando así pérdida de dinero y tiempo.

Las abreviaturas más utilizadas

Medidas de peso

T = taza

cda = cucharada

cdta = cucharadita

g = gramos

kg = kilogramos

Lb=libra



<https://www.cocinista.es/web/es/recetas/hazlo-tu-mismo/otras-tecnicas-de-cocina/medidas.html>

Medida de volumen

Litro = L

Mililitro = ml

Decilitro = dl

Galón = gl

Onza = oz

Pinta=pta

Medida de temperatura

Fahrenheit °F

Celsius °C

Otras Abreviaturas comunes:

hr = horas

min = minutos

seg = segundos

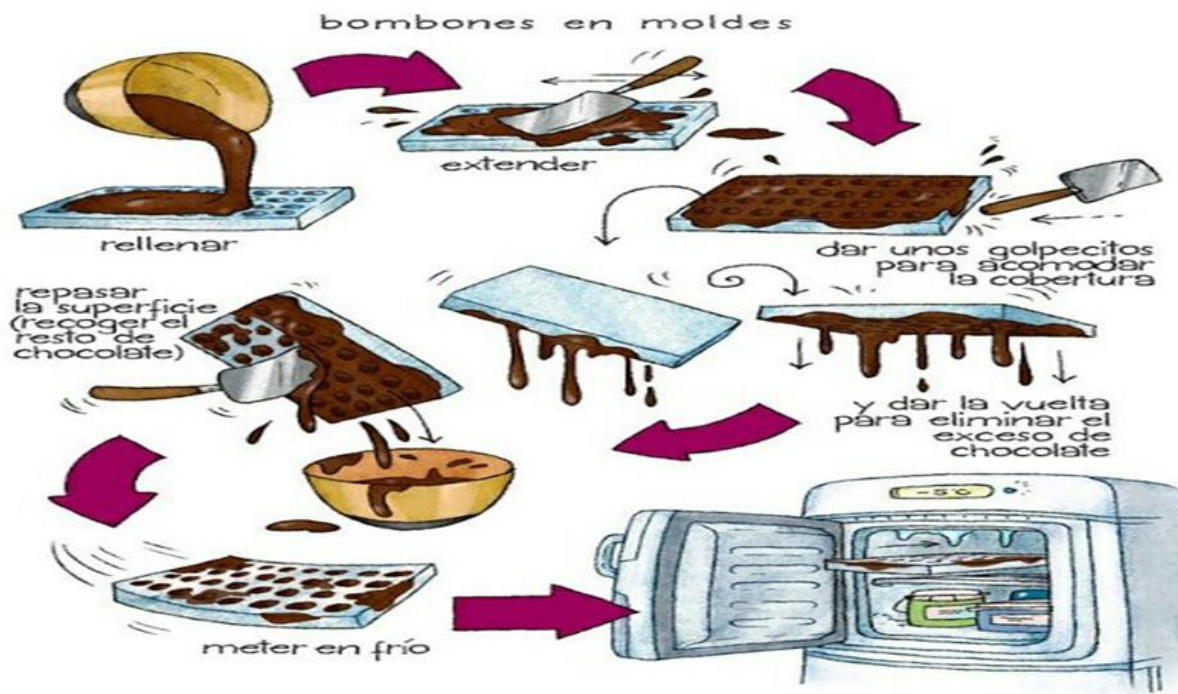
dna = docena

c/n = cantidad necesaria o al gusto

pzc = pizca

Términos culinarios de cocina y de pastelería

Probablemente ya conoces el significado de algunos términos empleados en las recetas. Hervir y hornear son términos de cocina fáciles de entender. Conoce y relaciónate con los siguientes términos, familiarízate con ellos, te ayudarán a elaborar más fácilmente y con mejores resultados.



Términos para cortar


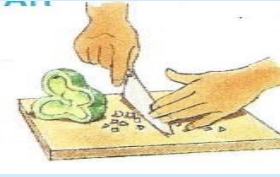

Ilustración	Definición
 <p data-bbox="511 562 597 594">cortar</p>	<p data-bbox="927 373 1455 405">Cortar en fragmentos los alimentos.</p>
 <p data-bbox="516 884 592 915">Pelar</p>	<p data-bbox="886 661 1500 804">Remover la piel o las cortezas a las frutas o vegetales con un pelador o un cuchillo. Algunas cascaras se pueden quitar a mano.</p>

Ilustración	Definición
 <p data-bbox="345 1297 776 1329">Picar fino o hacer picadillo</p>	<p data-bbox="894 1102 1386 1134">Cortar en pedacitos muy finos.</p>
 <p data-bbox="394 1549 727 1581">Trizar o desmenuzar</p>	<p data-bbox="894 1352 1390 1465">Raspar o cortar en tiras con un cuchillo o un rallador; rasgar formando tiras largas.</p>

Términos para mezclar

- ▶ Para combinar alimentos se emplean diferentes recipientes, cucharas y otros utensilios. Los diferentes términos te ayudarán a saber qué elementos usar y cómo combinar mejor y más rápido los alimentos.


Ilustración	Definición
 <p data-bbox="402 783 716 821">Mezclar o combinar</p>	<p data-bbox="873 537 1398 617">Ambos términos significan agitar diferentes ingredientes juntos</p>



Ilustración	Definición
 <p data-bbox="540 1234 618 1272">Batir</p>	<p data-bbox="889 1003 1430 1083">Mezclar o agitar haciendo que suba y baje el contenido de la vasija.</p>
 <p data-bbox="475 1518 678 1556">Homogenizar</p>	<p data-bbox="889 1287 1398 1367">Agitar hasta que los ingredientes estén completamente mezclados.</p>





ilustración	Definición
 <p data-bbox="331 464 704 506">Batir a punto de crema</p>	<p data-bbox="849 260 1451 338">Mezclar hasta lograr una consistencia blanda y esponjosa.</p>
	<p data-bbox="849 550 1344 709">Convertir en líquido uno o más alimentos, en especial frutas, vegetales o verduras hasta convertirlos en líquido.</p>

Ilustración	Definición
 <p data-bbox="469 1224 548 1260">Batir</p>	<p data-bbox="828 1024 1409 1102">Mezclar o agitar haciendo que suba y baje el contenido de la vasija.</p>
 <p data-bbox="440 1535 581 1570">Revolver</p>	<p data-bbox="828 1299 1365 1413">Dar vueltas ligeramente a los ingredientes con una cuchara y un tenedor.</p>

Términos de Pastelería

- Hay términos específicos que se distinguen de la pastelería, que si no los entiendes puedes dañar las recetas o no obtener la calidad de la misma.


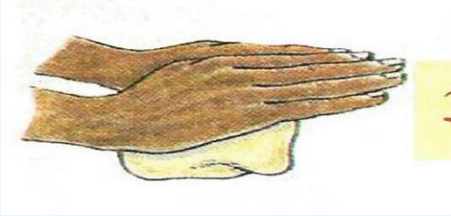
Ilustración	Definición
 <p>Lavar</p>	Dejar caer agua fría, bajo el chorro de la pluma, sobre los alimentos y frotarla bien para desprender el polvo y la suciedad.
 <p>Amasar</p>	Trabajar la masa con las manos.

Ilustración	Definición
 <p>Estirar la masa</p>	Expanda un rodillo sobre la masa en todas direcciones.
 <p>Moldear o esparcir</p>	Presionar la masa uniformemente hasta cubrir el molde.



Ilustración	Definición
 <p data-bbox="224 527 773 558">Cortador de grasa o de masa con un cortador</p>	<p data-bbox="824 302 1370 428">Mezclar la grasa y la harina con un mezclador, con movimientos circulares.</p>
 <p data-bbox="196 795 797 835">Cortar la grasa o masa con un tenedor</p>	<p data-bbox="824 575 1422 659">Mezclar la grasa y la harina con un tenedor, con movimientos circulares.</p>



Ilustración	Definición
 <p data-bbox="420 1264 578 1299">Enharinar</p>	<p data-bbox="824 1062 1386 1136">Espolvorear o cubrir una superficie con harina.</p>
 <p data-bbox="404 1564 594 1602">Espolvorear</p>	<p data-bbox="824 1320 1425 1398">Esparcir una sustancia en polvo sobre alguna cosa.</p>

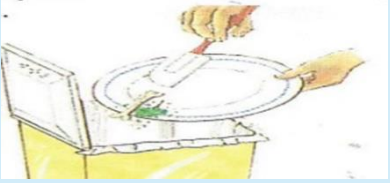

Ilustración	Definición
 <p data-bbox="415 474 565 510">Desechar</p>	<p data-bbox="824 260 1425 380">Todo material considerado como desecho y que se necesita eliminar y echar al zafacón.</p>
 <p data-bbox="347 747 636 783">Bañar el bizcocho</p>	<p data-bbox="824 533 1446 653">Mojar el bizcocho con un sirope preparado con agua, azúcar granulada y sabor.</p>



Ilustración	Definición
 <p data-bbox="418 1192 555 1228">Engrasar</p>	<p data-bbox="824 980 1409 1058">Esparcir grasa en una capa uniforme en las paredes y el fondo del molde.</p>
 <p data-bbox="402 1461 574 1497">Desmoldar</p>	<p data-bbox="824 1253 1414 1331">Sacar el bizcocho o postre del molde sin que se rompa.</p>



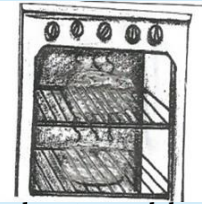

Ilustración	Definición
 <p>Rellenar el bizcocho en dos capas</p>	<p>Colocar el relleno de su preferencia sobre la primera capa del bizcocho y luego colocar la otra capa de bizcocho sobre el relleno.</p>
 <p>Refrigerar</p>	<p>Colocar en el refrigerador hasta que este el alimento frio.</p>

Ilustración	Definición
 <p>Limpiar el bizcocho</p>	<p>Retire con una brocha o pincel las migas sueltas, séllelo con aerosol para sellar las migas.</p>
 <p>Nivelar el bizcocho con un nivelador</p>	<p>Retirar la parte que esta elevada, desiguales, desniveladas para ponerlo parejo con un nivelador de alambre.</p>

Ilustración	Definición
 <p data-bbox="350 470 683 499">Precalentar el horno</p>	<p data-bbox="857 260 1487 422">Calentar el horno a la temperatura correcta antes de colocar el alimento a cocinar. Esto lo debes hacer antes de comenzar a preparar la receta.</p>
 <p data-bbox="448 764 591 793">Congelar</p>	<p data-bbox="857 522 1463 758">Colocar en el congelador hasta que se solidifique el agua contenida en los alimentos. Es una forma de conservación que se basa en la solidificación del agua contenida en estos.</p>

Ejercicios de aplicación: Lección 4: Lenguaje de la receta

Contesta con una C si es cierto o con una F si es falso.

- ___ 1. Las recetas no tienen lenguaje especial.
- ___ 2. Para que seas capaz de seguir las recetas, debes conocer algunas abreviaturas y términos comunes de cocinar, que pueden hacer la diferencia a la hora de interpretar una receta.
- ___ 3. Una abreviatura o término mal interpretado puede dañar la receta, provocando así pérdida de dinero y tiempo.
- ___ 4. Una de las abreviaturas más utilizadas en las recetas es cda.
- ___ 5. Es importante conocer el significado de algunos términos empleados en las recetas.
- ___ 6. Hervir y hornear son términos de cocina fáciles de entender.
- ___ 7. Conocer y relacionarte con los términos, familiarízate con ellos, te ayudarán a elaborar más fácilmente y con mejores resultados las recetas.
- ___ 8. La abreviatura para taza es T
- ___ 9. La palabra onza se abrevia oz.
- ___ 10. La palabra libra se abrevia lb.

Selecciona con un círculo alrededor las abreviaturas más utilizadas en las recetas.

1. *pe.* = Pesa
2. *ca.* = Cucharada
3. *cda.* = cucharada
4. *cdta.* = cucharadita
5. *t.* = taza
6. *th.* = Taza
7. *on.* = Onza
8. *lb.* = Libra
9. *oz.* = onza
10. *lib.* = libra

Parea los términos de la **Columna A** con su definición en la **Columna B**.

Columna A

- ___ 1. Cortar en trozos
- ___ 2. Picar fino o hacer picadillo
- ___ 3. Rallar
- ___ 4. Mezclar o combinar
- ___ 5. Cortar
- ___ 6. Trizar o desmenuzar
- ___ 7. Rebanar
- ___ 8. Pelar
- ___ 9. Batir
- ___ 10. Homogenizar

Columna B.

- A. Mezclar o agitar haciendo que suba y baje el contenido de la vasija.
- B. Agitar hasta que los ingredientes estén completamente mezclados.
- C. Cortar en ruedas finas.
- CH. Cortar en fragmentos los alimentos.
- D. Frotar de un lado al otro sobre un rallador para desmenuzar o desmoronar.
- E. Remover la piel o las cortezas a las frutas o vegetales con un pelador o un cuchillo. Algunas cascaras se pueden quitar a mano.
- F. Cortar en fragmentos pequeños.
- G. Cortar en pedacitos muy finos.
- H. Raspar o cortar en tiras con un cuchillo o un rallador; rasgar formando tiras largas.
- I. Ambos términos significan agitar diferentes ingredientes juntos.

Ejercicio para calificar

Lección 4: Lenguaje de la receta

Clasifica con una **X** los siguientes términos en términos para cortar, términos para mezclar, términos para cocinar o términos de pastelería.

Terminos	Terminos para cortar	Terminos para mezclar	Terminos para cocinar	Terminos para pasteleria
1. Precalentar el horno				
2. Amasar				
3. Rallar				
4. Engrasar				
5. Licuar				
6. Desmoldar				
7. Derretir				
8. Revolver				
9. Agitar				
10. Combinar				

Receta Sugerida

Ingredientes

- 1/2 taza de leche fría
- 1 cucharada de extracto de vainilla
- 1 lata (397 gramos) de leche condensada
- 1/8 de cucharadita de sal
- 1/2 litro de crema para batir

Procedimiento

1. Mezcla la leche fría con la vainilla, leche condensada y sal en un tazón mediano. Reserva.
2. Aparte, en un tazón grande, bate la crema con la batidora eléctrica hasta que se formen picos. Envuelve la mezcla de leche con la crema batida.
3. Vierte dentro de un molde o refractario rectangular con capacidad para 2 litros. Tapa y congela durante 4 horas.
4. Mueve con una cuchara después de 2 horas o cuando las orillas empiecen a congelarse.
5. Sirve o mantenlo congelado en un recipiente hermético durante no más de 10 días.

Recurso de Internet

Técnicas de corte de Chef: Como usar los cuchillos y cortes de verduras

<https://www.youtube.com/watch?v=eHtHq9FL4Rk>

Unidad: Inocuidad de los alimentos y Saneamiento

Tema: Seguridad, higiene y sanitización

Estándares y expectativas: Aplica normas de seguridad y saneamiento en la preparación y servicios de alimentos.

Objetivo: Identifica medidas y primeros auxilios para evitar accidentes y contaminación de alimentos.

Lección 5. Seguridad y sanitización

Para poder disfrutar de manera segura de todos los alimentos que tenemos a nuestra disposición se hace necesario conservarlos y prepararlos atendiendo a una serie de medidas higiénicas que van encaminadas a preservar la máxima calidad nutricional de los mismos, así como a evitar algunas enfermedades causadas por diversos microorganismos. La importancia de la higiene en la cocina cobra aún mayor relevancia durante las épocas de calor, ya que cuando las temperaturas suben los microorganismos se multiplican a mayor velocidad

Definimos seguridad como: la ausencia de riesgo o peligro. Sensación de total confianza que se tiene en algo o alguien

Prevención de incendios en la cocina

1. Asegurarse de que las llaves del gas estén totalmente cerradas
2. Desconectar aparatos eléctricos como, extractores, licuadoras, hornos, freidoras, etc.
3. Mantener limpios las campanas de extracción
4. Informar alguna anomalía o fuga de gas detectada en la instalación
5. Mantener despejados los accesos y salidas de la cocina
6. Verificar los extintores de la cocina
7. Tener a la mano tapaderas para sofocar el fuego de aceite en freidoras y sartenes

VOCABULARIO

Inocuidad alimentaria= es la garantía de que un producto alimenticio no causará daño al consumidor cuando se prepara o es ingerido y según la utilización a la que se destine.

Sanitizar= un proceso de limpieza que reduce, pero no necesariamente elimina, los microorganismos del medio ambiente y superficies

Desinfectar= es un proceso físico o químico que inactiva agentes patógenos tales como bacterias, virus y protozoos impidiendo el crecimiento.

Contaminación Cruzada= es la transmisión de microorganismos de un alimento contaminado, en la mayoría de los casos crudo, a otro que no lo estaba y que ya está cocinado



En caso de incendio en la cocina

1. Cortar la corriente de gas que alimenta al aparato
2. Cubrir el sartén con una tapadera grande
3. No utilizar agua, el aceite caliente puede derramarse y propagar el incendio, en caso de ser necesario utilizar el extintor de polvo químico o CO² más próximo

Fuego en la campana Extractora

1. Desconectar la campana
2. Utilizar el extintor para apagar el fuego

Descargas eléctricas

1. Mantenga los cables eléctricos y extensiones lejos de los aparatos electrónicos, agua calor y aceite.
2. Para desenchufar, tire del enchufe no del cable

Equipo de seguridad

Guantes	Para evitar cortes, quemaduras, uso de sustancias químicas
Protección ocular	Para evitar salpicaduras de aceite
Calzado antideslizante	Contra caídas y resbalones

Ropa de abrigo	Para interior de cámaras frigoríficas, de congelación, o en zonas refrigeradas
Delantal	Protección en la zona Femoral

Máquinas de cocina

Antes de hacer funcionar una máquina

1. Asegurarse de que todos los componentes están correctamente instalados de acuerdo con el manual de instrucciones del aparato
2. Para introducir o retirar alimentos de las máquinas use espátulas de plástico
3. Antes de limpiar, dar mantenimiento o reparar una máquina, asegurarse de que este apagada y desconectada.

Manejo de los alimentos

1. Mantener las manos limpias, uñas cepilladas y cortas
2. No fumar mientras se manipula comida
3. No estornudar ni toser en los alimentos
4. En caso de tener heridas en las manos, utilizar protecciones como guantes de goma o dediles.
5. En la cámara frigorífica, separar los alimentos crudos de los cocidos. Los cocidos deben situarse en la parte superior y los crudos en la parte inferior de los stands.
6. Los recipientes se cubren con film de polietileno transparente
7. Procura que los alimentos no tengan contacto con sustancias químicas
8. Verificar muy bien las fechas de caducidad en los productos alimenticios
9. No utilizar los productos caducados



Los alimentos se pueden contaminar fácilmente, sino son limpiados y sanitizados correctamente. La limpieza no es solamente mantener el lugar limpio sino también usar el detergente adecuado para cada tarea. Cuando limpiamos eliminamos los

residuos de los alimentos y suciedad que hay en la superficie. Sin embargo, la sanitización reduce a niveles seguros los patógenos en la superficie.

Como limpiar y sanitizar Para limpiar y sanitizar una superficie, siga estos pasos:



1 Limpie la superficie.



2 Enjuague la superficie.



3 Sanitice la superficie.



4 Deje que la superficie se seque al aire.

Limpiadores

Son productos químicos que eliminan la suciedad, oxido, manchas, minerales y otros depósitos. Los mismos no deben ser corrosivos y seguros para usar en otras palabras estables.

¿Qué debes de tener en cuenta cuando uses limpiadores?

- Siga las instrucciones del fabricante para que sea efectivo.
- Nunca combine limpiadores, estas combinaciones pueden ser mortales
- No use un detergente en lugar de otro, a menos que tengan el mismo uso.

Tipos de Limpiadores



Detergentes de uso general: eliminan la suciedad de los pisos, paredes, techos, superficies de preparación y la mayoría de los equipos y utensilios.



Desengrasantes: tienen detergentes para disolver las grasas. Son efectivos donde la grasa se quema.



Descalcificadores: son limpiadores ácidos que usan en depósito minera; y en suciedad que otros limpiadores no pueden eliminar. Su usan para lavar platos.



Limpiadores abrasivos: contiene un agente abrasivo que ayuda a quitar la suciedad difícil al frotarla. Puede rayar la superficie

Tenemos la sanitización por calor esto significa que se enjuaga los objetos con agua caliente. Para que este método sea efectivo el agua debe estar a 171° F y estos deben ser remojados por 30 segundos. También puede ser por medio de un lavaplatos de alta temperatura.



<https://www.austockphoto.com.au/imgcache/uploads/photos/compressed/steam-from-hot-washing-up-water-running-into-kitchen-sink-from-tap-austockphoto-000081443.JPG?v=1.3.0>

Sanitización química: remoja, sumerges o rocías los objetos en una solución sanitizante. Los tres químicos más comunes son cloro, yodo y los compuestos de amoníaco,



<https://itramhigiene.com/wp-content/uploads/2020/01/productos-superficies-abiertas.jpg>

Normas de mantener una cocina limpia y organizada



- **Congelador y frigorífico.** En el caso del frigorífico, lo ideal es limpiarlo antes de meter la compra semanal. Llevaremos a cabo una limpieza en profundidad de ambos compartimientos, al menos una vez cada tres meses.
- **Despensa.** Los alimentos que no necesitan estar refrigerados deben ser almacenados en un lugar seco y fresco, que tenga una buena ventilación. Además, deben estar alejados de la luz solar o de fuentes de calor. Si es posible, evitaremos que estén en contacto directo con el suelo.
- **Basura.** La podemos en un cubo con tapa.
- **Tablas de cocina.** Deben mantenerse limpias. Tras cada uso, las limpiaremos con agua y jabón, frotando con un cepillo. Lo ideal son las de materiales sintéticos, como el plástico duro. Si es posible, usaremos dos tablas; una para frutas y verduras, y otra para alimentos que deben ser cocinados antes de comer, como carnes y pescados.
- **Otros utensilios.** Como en el caso de las tablas, los mantendremos siempre limpios, lavándolos con agua y jabón tras cada uso. No debemos reutilizar platos que han contenido alimentos crudos sin lavarlos previamente.
- **Productos de limpieza.** Deben almacenarse en un lugar alejado de los alimentos y al que los niños no tengan acceso.
- **Trapos y bayetas.** Para asegurarnos que no son un foco de contaminación, debemos lavarlos después de cada uso. Cambiaremos unos y otras a menudo. Usaremos trapos limpios para secar la vajilla y los lavaremos semanalmente.
- **Animales domésticos.** Es preferible que no entren en la cocina.

- **Encimera.** Limpiaremos la zona de trabajo con productos bactericidas específicos, o con productos a base de cloro ideados para la cocina, llevando cuidado de que no entren en contacto con los alimentos.
- **Fregadero.** El fregadero también puede ser un foco de infecciones, ya que suelen quedar atrapados restos de comida que son el medio ideal para el crecimiento y multiplicación de diversos microorganismos. Regularmente, verteremos una solución desinfectante para mantenerlo limpio.



<https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn%3AANd9GcSfJ4HDXQgj8dCFkhMi2euNKGx9IMBEAGJV0w&usqp=CAU>

Ejercicio de aplicación:

I. Parea la columna **A** con la columna **B**

Columna **A**

____ 1. Desgrasante

____ 2. Sanitizar

____ 3. Limpiadores abrasivos

____ 4. Contaminación cruzada

____ 5. Desinfectar

____ 6. Inocuidad Alimentaria

____ 7. Limpiadores

____ 8. Descalificadores

Columna **B**

(a) la garantía de que un producto alimenticio no causará daño al consumidor cuando se prepara o es ingerido y según la utilización a la que se destine.

(b) contiene un agente abrasivo que ayuda a quitar la suciedad difícil al frotarla. Puede rayar la superficie

(c) son limpiadores ácidos que usan en depósito minero; y en suciedad que otros limpiadores no pueden eliminar. Su usan como para lava platos.

(d) son productos químicos que eliminan la suciedad, oxido, manchas, minerales y otros depósitos

(e) un proceso de limpieza que reduce, pero no necesariamente elimina, los microorganismos del medio ambiente y superficies

(f) es un proceso físico o químico que inactiva agentes patógenos tales como bacterias, virus y protozoos impidiendo el crecimiento

(g) tienen detergentes para disolver las grasas. Son efectivos donde la grasa se quema

(i) es la transmisión de microorganismos de un alimento contaminado, en la mayoría de los casos crudo, a otro que no lo estaba y que ya está cocinado

II. Menciona

¿Qué equipos de seguridad debes utilizar?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

III. Ponga en orden los pasos para la limpieza y sanitización escribiendo el número del paso en el espacio correcto.

- _____ Sanitizar la superficie
- _____ Limpiar la superficie
- _____ Dejar que la superficie se seque al aire
- _____ Enjuagar la superficie

IV. ¿Qué limpiador debes usar?

- _____ Elimina residuos de queso que están pegados en la olla
- _____ Limpiar la barrera salpicaduras de una parrilla
- _____ Elimina los depósitos de minerales de una mesa de vapor
- _____ Lavar la pared de la cocina

Ejercicio de calificación

Menciona 10 cosas que se encuentran mal en esta cocina y como lo solucionarías.



<https://www.usatoday.com/story/money/business/2013/07/09/golden-corrал-unsanitary-food/2501647/>

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

Recurso de internet:

Limpieza y Desinfección-Servicios de Comida

<https://www.youtube.com/watch?v=fchpjr84icE>

Unidad: Inocuidad de los alimentos y Saneamiento

Tema: Seguridad, higiene y sanitización

Estándares y expectativas: Aplica normas de seguridad y saneamiento en la preparación y servicios de alimentos.

Objetivo: Identifica medidas y primeros auxilios para evitar accidentes y contaminación de alimentos.

Lección 6. Higiene

Higiene personal

Muchos de nuestros hábitos de higiene personal; como lavarse las manos, los dientes y bañarse pueden prevenir enfermedades. Estos son los que nos permiten vivir con buena salud y mantener una buena calidad de vida. Esto no es lo único, esto va acompañado de usar ropa limpia, cubrirnos la boca cuando tosemos, tener uñas limpias y bien cortadas. Esto es tan importante para nuestra salud ya que nos protegernos de enfermedades y a las personas que nos rodean.



<https://i.pinimg.com/originals/44/c7/25/44c725ddc0409a9938338fac329ff3ed.jpg>

Los buenos hábitos de higiene personal incluyen:

1. Mantener limpieza personal
2. Usar vestimenta de trabajo apropiada
3. Seguir prácticas higiénicas de las manos
4. Evitar hábitos y acciones antihigiénicos
5. Mantener buena salud
6. Reportar las enfermedades



Lavarse las manos antes de preparar la comida y después de ir al baño

1. Usar jabón líquido o de barra (deben cumplir con los estándares de la FDA)
2. Talla energéticamente las palmas, el dorso y entre los dedos
3. Lávalas un minuto sin olvidar las muñecas hasta el codo
4. Enjuaga completamente
5. Seca las manos con una toalla de papel

6. Usa ropa limpia
7. Usar zapatos cerrados
8. Pantalones largos
9. Prendas de vestir de manga larga
10. Atarse o cubrirse el pelo

Requerimientos para los empleados que manipulan alimentos



Mantenga limpias y cortas las uñas.



No use uñas postizas ni esmalte para uñas.



Ponga curitas sobre las cortadas y cúbralos.

Al momento de utilizar guantes debes cambiarlo

- Cuando se ensucien o rasguen
- Antes de comenzar una tarea diferente
- Al menos cada cuatro horas durante el uso continuo o cuantas veces sea necesario
- Luego de haber tocado carne cruda y antes de tocar alimentos cocinados o listos para comer

Si un empleado que manipula alimentos presenta una de estas enfermedades debe:

Enfermedad	¿Qué hacer?
Dolor de garganta y fiebre	Restrinja al empleado que no trabaje con alimentos ni cerca de ellos. Debe excluido del establecimiento
Vómito, Diarrea, Ictericia	Excluya al empleado del establecimiento. Debe haber pasado 24 horas de no tener ningún síntoma. El empleado debe tener una nota del médico que ya no tiene la enfermedad.
Salmonella, Shigella spp, E. coli, virus hepatitis A, Norovirus	Excluya al empleado del establecimiento y notifique a las agencias reguladoras locales.

Vestimenta de trabajo

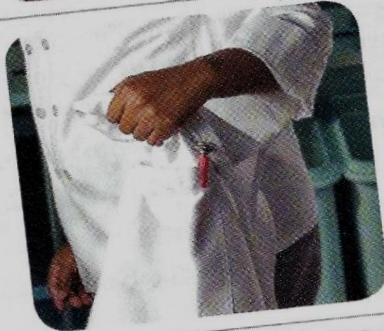
Los empleados con ropa sucia pueden dar una mala impresión de su establecimiento. Lo más importante es que la ropa sucia podría tener patógenos que pueden causar enfermedades transmitidas por alimentos. Establezca un código de vestimenta y asegúrese de que los empleados lo respeten. El código debe incluir las pautas siguientes:



Protectores para el cabello Use una gorra limpia u otro medio para proteger el cabello. Los empleados con barba o bigote también deben usar un protector para barba.



Ropa limpia Use ropa limpia a diario. Si es posible, póngase la ropa de trabajo en el establecimiento. La ropa sucia que se guarde en las áreas de preparación y de almacenamiento de alimentos. Esto incluye delantales, filipinas y uniformes sucios.



Delantales Quítese los delantales cuando salga de las áreas de preparación. Por ejemplo, se debe quitar el delantal y guardarlo apropiadamente antes de sacar la basura o de ir al baño.



Alhajas Quítese las alhajas de manos y brazos antes de preparar alimentos o cuando trabaja en áreas de preparación de alimentos. No debe usar nada de lo siguiente:

- Anillos, excepto si son sortijas lisas
- Pulseras, incluyendo las que tienen información médica
- Relojes

Además, su compañía podría requerir que se quitara otros tipos de alhajas. Entre ellos, los aretes, los collares y las alhajas para la cara. Los meseros pueden usar alhajas si lo permiten las normas de su compañía.

Ejercicio de aplicación:

I. Nombra 8 comportamientos que pueden contaminar los alimentos:

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____
- e) _____
- f) _____
- g) _____
- h) _____

II. Contesta

a. ¿Qué deben hacer los empleados después de preparar los alimentos y antes de ir al baño?

b. ¿Qué alhaja pueden utilizar los empleados?

c. ¿Qué deben hacer los empleados después de tocarse el cabello, la cara o el cuerpo?

d. ¿Cuándo deben lavarse las manos los empleados que usan guantes?

e. Los empleados que tocan alimentos deben mantener sus uñas.

III. Escribe el orden de sucesos de cómo se debe lavar las manos:

- 1) _____

- 2) _____

- 3) _____

- 4) _____

- 5) _____

Ejercicio de calificación

Haz un dibujo de la vestimenta adecuada de un chef de pastelería

Receta Sugerida

Crepas



<https://recetasfaciles.com/wp-content/uploads/2019/01/crepes-con-fresas-y-chocolate.jp>

Ingredientes

- 2 tazas de harina de trigo regular, sin preparar
- 2 cucharadas de azúcar
- 6 huevos
- 1 cucharadita de vainilla
- 3 tazas de leche
- 4 cucharadas de mantequilla derretida (o se puede derretir en la sartén que va a utilizar para los crepes - ver más en las instrucciones) - también puede usar aceite

Sugerencias de rellenos

- Fruta fresca: fresas/frutillas moras, frambuesas, banano, mango, etc.
- Dulce de leche
- Nutella o la marca de su preferencia de crema de chocolate y avellanas
- Salsa casera de fresas o mermeladas/compotas de frutas a su gusto
- Azúcar / Miel de abeja
- Helado de vainilla

Procedimiento

1. Ponga la harina, los huevos, el azúcar, la vainilla, y 1 taza de leche en un tazón grande.
2. Utilice un batidor de mano, una batidora eléctrica, una licuadora normal o de inmersión para combinar y mezclar todos los ingredientes hasta que tenga una masa suave.
3. Añada las 2 tazas restantes de leche y mezcle hasta que la masa quede sin grumos. Si está preparando la masa de las crepas de antemano en este momento se puede refrigerar hasta el momento de cocinar las crepas. Se agrega la mantequilla derretida y se vuelve a mezclar (con una cuchara) justo al empezar a cocinarlas.
4. En la sartén que va a utilizar para los crepes o crepas, derrita la mantequilla a fuego lento. A continuación, vierta la mantequilla derretida en un tazón pequeño y deje que se enfríe un poco. Luego agrega esta mantequilla a la masa de las crepas y mezcle bien. Su sartén quedará engrasada y lista para cocinar la primera crepa.
5. Caliente la sartén a fuego medio. Cada estufa y sartén son diferentes, así que cada quien tiene que encontrar el nivel ideal de la temperatura. Generalmente, para una estufa de gas es entre el 50% y el 75% del máximo.
6. Use una cuchara sopera grande (o media taza de medir) para verter la masa en la sartén con una mano, mientras sostiene la sartén con la otra mano, luego rápidamente vaya inclinando la sartén los lados para que la masa de la crepa quede distribuida en toda la superficie plana de la sartén.
7. Se cocina el primer lado de la crepa durante aproximadamente un minuto o hasta que los bordes de la crepa se empiezan a dorar. Use una espátula plana para verificar y voltear la crepa. Deslice la espátula plana suavemente debajo de la crepa, voltéela (use su mano con cuidado si es necesario para ayudar a darle vuelta) y cocínela en el otro lado durante unos 15 a 25 segundos. Retire la crepa de la sartén y póngala en un plato. Repita el proceso hasta que haya terminado con toda la masa.
8. Las crepas se pueden servir inmediatamente con su elección de rellenos.

Recurso de internet:

INTECÁPSULA: técnica de lavado de manos

<https://www.youtube.com/watch?v=sY7yp0EYVB8>





Unidad: Utensilios







Tema: Utensilios más empleados en pastelería






Estándares y expectativas: Maneja el equipo, las herramientas y los utensilios que se utilizan en la preparación y servicios de alimentos.

Objetivo: Identifica el equipo las herramientas y los utensilios que se utilizan en la preparación y servicios de la pastelería

Lección 7. Utensilios

Utensilio	Foto	Definición
Balanza	 <p>Báscula de baño Báscula de cocina Báscula de frutería</p> <p>https://encrypted</p>	Se Emplea para pesar los ingredientes con precisión, que serán utilizados en las recetas.
Tazas de Medir líquidos	 <p>https://www.wikihow.com/images</p>	Son tazas tazas que se utilizan para medir volumen u onzas. Por lo general tienen una hendidura donde se vierte el líquido.
Taza de medir solido	 <p>https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn%</p>	Se utilizan para medir todo ingredientes secos y estas no tiene picos.
Batidores	 <p>Recetas de Carmen</p> <p>https://2.bp.blogspot.com/</p>	Los podemos encontrar manuales, de alambres o eléctricos. Sirven para bajar masas, y mezclar ingredientes

<p>Boquillas</p>	 <p>https://images-na.ssl-images-amazon.com/images/I/61YEBQmPOOL_AC_SX522_.jpg</p>	<p>Utensilios de distintos tamaños y formas, se acoplan a las mangas pasteleras y sirven para decorar y rellenar distintos postres</p>
<p>Ollas de distintos tamaños</p>	 <p>https://www.pinterest.com/kompritas/sartenes-ollas-y-cocina-en-kompritascom/</p>	<p>Sirven para cocer los ingredientes tales como, alimentos crudos, cremas y grasas.</p>
<p>Cedazo o Tamiz</p>	 <p>https://www.aliexpress.com/i/32894291519.html</p>	<p>Se usa para tamizar la harina y el azúcar. Puede ser un pequeño cedazo de metal.</p>
<p>Corta pastas de varias formas</p>	 <p>https://www.pinterest.es/pin/315181673900749079/</p>	<p>Se emplean para cortar pastas, galletas para darle diferentes formas deseadas</p>
<p>Espátulas</p>	 <p>https://www.mykaramelli.com/juego-de-3-espátulas-para-glasear/ https://ar.pinterest.com/pin/642044490606202018/</p>	<p>La espátula de goma se utiliza para recoger los batidos y mezclar. Las de metal se utilizan para levantar y decorar.</p>
<p>Mangas de telas y jeringuillas</p>	 <p>https://produto.mercadolivre.com.br/MLB-993483987-seringa-silicone-caneta-confeitar-decorar-chocolate-bolo-JM https://cooperreposteria.com.ar/mangas.html</p>	<p>De forma cónica, agujerados en la parte superior y abierto en la base. Pueden ser de tela o plásticas, se utilizan para decorar en la repostería. La jeringuilla se usa para decorar, bizcochos o galletas.</p>

<p>Moldes de distintos tamaños y formas</p>	 <p>https://clubdereposteria.com/moldes-para-hornear-en-reposteria/</p>	<p>De formas variables y distintas medidas, según los postres a realizar. Es conveniente tener varias clases de ellos, fijos y desmontables, redondos, rectangulares de paredes altas y paredes bajas</p>
<p>Quemador o pistola de gas</p>	 <p>https://www.webmenaje.com/es/reposteria/1630-pistola-gas-para-reposteria.html</p>	<p>Sirve para quemar cremas y superficies de algunos postres</p>
<p>Rodillo</p>	 <p>https://gastronomiavicia.republica.com/2008/02/15/rodillos-de-cocina/</p>	<p>Cilindro de madera maciza, de metal o plástico con extremos ovalados para poder sujetar firmemente. Sirve para rodar sobre pastas, masas para extenderlas y le da un grueso preciso.</p>
<p>Rejillas o parrillas</p>	 <p>https://dulcereposteria.cl/product/rejilla-para-enfriar-metalica/</p>	<p>Circulares o rectangulares a base de un enrejado de alambre entrecruzado. Sirven para escurrir y enfriar pasteles.</p>
<p>Papel de Hornear</p>	 <p>https://dulcereposteria.cl/product/lamina-de-teflon-antiadherente-para-horno/</p>	<p>Se puede colocar sobre bandejas o parrillas, que queramos introducir en el horno, evitando que se adhiera cualquier producto incluso azúcar</p>

<p>Torno para decorar</p>	 <p>http://equiservim.com/product/at-612/</p>	<p>Una bandeja giratoria que ayuda al movimiento de los alimentos y para la decoración de postres.</p>
---------------------------	--	--

Ejercicios para Aplicar

I. Pareo:

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1. ___ Brochas antiadherentes | a. se utilizan para evitar que se rayen materiales |
| 2. ___ Cazos y cazuela | b. Moldes para hacer el flan |
| 3. ___ Colador | c. pincel que se utiliza para dar brillo a la masa. |
| 4. ___ Cucharas de maderas | d. utensilio parecido a una bolsa que se utiliza para rellenar o decorar |
| 5. ___ Espátulas | e. Accesorio del horno y se utiliza para enfriar |
| 6. ___ Exprimidor | f. recipiente para calentar o cocinar diferentes productos |
| 7. ___ Flaneras | g. se utiliza para colar líquidos y cremas |
| 8. ___ Mangas pasteleras | h. utensilio que se utiliza para sacar el zumo de los cítricos |
| 9. ___ Moldes | i. recipientes de todas formas y tamaños |
| 10. ___ Rejillas | j. lámina plana de metal con agarradera |

II. Menciona dos tipos de batidora y para qué se utilizan:

1. _____

2. _____

III. Cierto y Falso

- ___ 1. Los utensilios antiadherentes se utilizan con cucharas de metal.
- ___ 2. Papel de hornear es lo mismo que papel de cera.
- ___ 3. La placa de horno es parecida a una bandeja.
- ___ 4. El rodillo se utiliza para estirar masas.
- ___ 5. El rallador de alimentos se usa para colar sopas
- ___ 6. El vaso mezclador y medidor se utiliza solamente para triturar ingredientes.

Ejercicios para calificar:

Sopa de letras de utensilios de cocina

r	o	d	e	n	e	t	s	o	l	l	i	d	o	r
j	p	o	h	x	s	e	a	p	c	o	l	l	a	i
v	a	s	m	k	c	s	c	w	a	q	o	r	z	o
t	e	e	a	n	u	f	a	j	f	f	l	c	x	r
c	l	c	n	f	r	r	c	p	e	o	l	a	a	e
u	l	e	o	i	r	e	o	k	t	t	i	z	r	r
b	e	u	p	a	i	i	r	c	e	a	n	o	e	a
i	r	n	l	m	d	d	c	o	r	l	i	m	n	c
t	a	a	a	b	o	o	h	l	a	p	l	h	a	u
e	r	c	e	r	r	r	o	a	j	c	o	m	p	z
r	e	s	x	e	t	a	s	d	a	j	m	o	n	a
a	t	a	q	r	s	a	l	o	r	e	c	a	c	b
e	e	c	o	a	u	d	j	r	r	v	a	s	o	k
m	t	o	d	u	b	m	e	s	a	l	e	r	o	n
a	b	r	i	d	o	r	p	a	j	e	d	n	a	b

azucarero
salero
abridor
bandeja
cacerola
cascanueces
cazo
cafetera
colador
cubitera
embudo
escurridor
fiambreira

freidora
jarra
manopla
molinillo
olla
panera
paellera
plato
rodillo
sacacorchos
tenedor
tetera
vaso

Receta Sugerida

Receta de Gelatina y queso crema

Ingredientes

2 paquetes queso Crema

1 lata de leche condensada

½ taza de leche

4 sobre de grenetina

1 caja de gelatina de fresa

Procedimiento:

1. En 2 tazas de agua hirviendo, disuelves la gelatina de fresa.
2. En un molde cuadrado, previamente engrasado con un poco de aceite, viertes la gelatina de fresa. Luego la llevas al refrigerador por dos horas o hasta que haya cuajado.
3. Una vez pasadas las dos horas, procedes a engrasar el molde en que vayas a hacer la gelatina. (te recomiendo el molde de tubo) cortas la gelatina de fresa en cubos, y ponlos dentro del molde y llevar al refrigerador hasta que lo vayas a utilizar.
4. Disuelve los 4 sobres de grenetina en 1 taza de agua caliente (no hirviendo) dejas reposar mientras haces los otros pasos.
5. En una licuadora, incorporas las dos barras de queso crema, la leche evaporada, la leche condensada y la 1/2 taza de leche regular. Si gustas, puedes agregar un poco de vainilla.
6. Una vez licuado todo eso, vertemos la mezcla en un envase más grande para así incorporar la taza de grenetina. Con un batidor de alambres mezclamos bien. (esto es en caso de que tu licuadora sea muy pequeña, y no te quepa todos los ingredientes).
7. Sacamos el molde del refrigerador, y vertemos la mezcla dentro del molde. Luego refrigeramos por dos horas o hasta que haya cuajado completamente.
8. Luego de que haya cuajado, con la mano, despegamos las orillas poco a poco la gelatina del molde, y así, procedemos a voltearlo en una fuente grande.

Recurso de internet:

Cuáles Son Los Implementos Para Empezar en La Repostería

<https://www.youtube.com/watch?v=psmYnp--rXU>

Unidad: Matemáticas Culinarias

Tema: Alteración de Recetas

Estándares y expectativas: Utiliza Receta

Objetivo: Interpreta y altera las recetas

Lección 8. Alteración de la Receta

Las recetas se alteran para aumentar o disminuir su cantidad dependiendo para cuántas personas necesitamos preparar la receta. El rendimiento de una receta indica el número de porciones para la cual esta receta rinde. Depende que quieras hacer, aumentarla o reducirla. Lo primero que debes hacer es decidir cuántas porciones quieres. A esto se le llama *rendimiento deseado*.

- ▶ Conversiones de recetas- la receta viene escrita para que rinda cierto número de raciones. Puedes preparar más o menos la receta, convirtiendo o cambiando la cantidad de cada ingrediente. Esto se llama una conversión de receta. Para aumentar el número de porciones, multiplica la cantidad de cada uno de los ingredientes por el mismo número. Para disminuir, divide todos los ingredientes por el mismo número.
- ▶ Por ejemplo, si necesitas cup cake para 10 personas. La receta da para doce, pues calcula para doce. Decide entonces que doce porciones es tu rendimiento deseado. Para ajustar una receta, debes multiplicar la cantidad de cada ingrediente por el mismo número. Si deseas 24 cup cake, multiplica por dos la cantidad de cada ingrediente. Utiliza la siguiente fórmula:
- ▶ Rendimiento deseado \div rendimiento inicial = número por el cual multiplicar
- ▶ Esta fórmula sirve para aumentar o acortar los ingredientes de una receta.
- ▶ Antes de comenzar a preparar la receta, calcula todas las cantidades y escríbelas. De otra manera, tienes que detenerte y calcular cada vez que necesites medir algo y se te puede olvidar cambiar alguna cantidad *o echarla dos veces el mismo ingrediente*.

Conversión de cantidades

- ▶ Cuando se ajusta una receta, se debe convertir una cantidad (como una cucharada) a una medida equivalente (como tres cucharaditas). Convertir una cantidad a unidades diferentes con frecuencia facilita el calcular y medir. Por ejemplo, una receta que indica $\frac{1}{2}$ taza de jugo. Si multiplicas $\frac{1}{2}$ por $\frac{1}{3}$ obtienes

1/6 de taza. Una receta como esta es difícil de manejar. La taza no tiene la indicación de 1/6.

- ▶ En vez de eso, convierte 1/2 taza en cucharadas. Consulta la tabla de equivalencias. Una taza equivale, o sea es lo mismo, a 16 cucharadas, por lo que 1/2 taza son ocho cucharadas.
- ▶ Al multiplicar por un tercio se obtiene:
- ▶ $8 \times 1/3 = 8/3 = 2 \frac{2}{3}$ cucharadas
- ▶ ¿Cómo medir 2/3 de cucharada? Divide la cucharada en medidas más pequeñas. Recuerda, una cucharada equivale a tres cucharaditas. Entonces, 2/3 de cucharada son dos cucharaditas.
- ▶ $1/6$ taza = 2 cucharadas + 2 cucharaditas
- ▶ A veces no es fácil acortar una cantidad. Por ejemplo, debes añadir 1/2 huevo. En algunas recetas no es tan imprescindible que las cantidades sean tan precisas y podrás añadir el huevo completo y no te hará diferencia ni dañará la receta. Si fuera una receta exigente con sus ingredientes mide con una taza de mililitros el huevo y divídelo por la mitad o bátelo y mídelo con la cucharadita y luego divide las cucharaditas en dos partes iguales. De todos modos, reducir las cantidades de una receta para un producto horneado, por ejemplo, galletas, bizcocho o pan puede ser un problema. Estos productos dependen de la cantidad exacta de ingredientes, cantidades que están relacionadas entre sí. Si tienes que completar cantidades o sólo puedes cambiar algunas, no puedes elaborar la receta. Si una receta no se puede acortar o incrementar fácilmente, busca otra solución. En vez de preparar solo la mitad, quizás puedas prepararla entera y congelar la mitad para prepararla después.

Tamaño adecuado de los utensilios

- ▶ Ten en cuenta que al incrementar o acortar una receta también se alteran las necesidades de utensilios. Si duplicas una receta necesitas un envase más grande para prepararla y un molde más grande para hornearla. Si utilizas un molde más grande tardará más tiempo en hornearse. O puedes dividir la mezcla en dos moldes del mismo tamaño y forma.
- ▶ Cuando acortes una receta, cocina el alimento en un envase más pequeño. Si lo dejas en el molde de la receta completa se cocinará más rápido o se secará. No quedará de la altura adecuada.

- ▶ La profundidad del alimento en el recipiente afecta la rapidez con que se cocina. Utiliza recipientes adecuados al tamaño de la receta, ni muy grande ni muy pequeño.

Calcular costo de una receta

Para calcular el costo de una receta debes:

- ▶ 1. Identificar los ingredientes utilizando la receta.
- ▶ 2. Identifica la cantidad que contiene cada empaque de los ingredientes.
- ▶ 3. Identifica el precio de cada ingrediente en el mercado.
- ▶ 4. Calcula el precio por unidad, dividiendo el precio del mercado entre la cantidad
de empaque para sacar el costo por unidad.
- ▶ 5. Multiplica el costo por unidad por la receta.
- ▶ 6. La mano de obra no se considera ganancia. Muchas veces la ganancia se obtiene de los ingredientes que sobran.
- ▶ 7. El tiempo que el bizcocho está en el horno no se cuenta porque está cobrado en utilidades.
- ▶ 8. Los gastos operacionales son los ingredientes, gasolina y tiempo.
- ▶ 9. Los gastos de utilidad son el agua, la luz y gas.
- ▶ 10. De comprar los ingredientes secos por fardos deberás dividir el precio entre el
peso. Y si es por cajas de igual manera, pero por unidades.

Calcular costo de una receta:

<u>RECETA</u> <u>Bizcocho básico</u>	<u>INGREDIENTES</u>	<u>EMPAQUE</u>	<u>PRECIO DEL MERCADO</u>	<u>COSTO POR UNIDAD</u>	<u>COSTO TOTAL</u>
1 Libra (2 tazas) (16 onzas)	Azúcar granulada	4 libras	\$3.50	<u>.44</u>	<u>.88</u>
1 <u>libra</u> (2 tazas) (4 barras) (32 onzas)	Mantequilla sin sal	1 libra	\$2.18	<u>2.18</u>	<u>2.18</u>
12 huevos	Huevos	12 unidades	\$2.98	<u>.25</u>	<u>2.98</u>
2 libras (4 tazas) (32 onzas)	Harina "Self Rising" (preparada)	Caja de 2 libras	\$3.19	<u>.78</u>	<u>3.19</u>
¼ taza (2 Onzas)	Sabor vainilla (extracto)	Empaque 8 onzas	\$2.49	<u>.31</u>	<u>.62</u>
¼ taza (2 Onzas)	Sabor almendra (extracto)	Empaque 8 onzas	\$2.69	<u>.34</u>	<u>.68</u>
-				<u>Total ingredientes</u>	<u>10.53</u>
-				<u>40% gastos operacionales</u> <u>(10.53 x .40)</u>	<u>4.21</u>
-				<u>40% gastos utilidades</u> <u>(10.53 x .40)</u>	<u>4.21</u>
-				<u>Mano de obra (\$10. 00 por hora) (10x2)</u>	<u>20.00</u>
-				<u>Total sin ganancias (inversión) Suma todo</u>	<u>38.95</u>
-				<u>Más 35% Margen de ganancia</u> <u>(#8.95 x .35)</u>	<u>13.63</u>
-				<u>Precio de venta (Total s/g + G)</u>	<u>52.58</u>

Funciones de los ingredientes en las recetas de productos de repostería

- ▶ A medida que aprendas a cocinar notarás que unos pocos ingredientes son comunes para la mayoría de las recetas.
- ▶ Estos ingredientes son harina, azúcar, engrasante (mantequilla, aceite o margarina), leche huevos y especias.
- ▶ En una receta, cada ingrediente se emplea con un propósito específico. Al suprimir un ingrediente se puede estropear toda una receta.
 - ▶ 1. Endurecedores: Proporcionan la estructura; harina, huevo (clara y yemas).
 - ▶ 2. Suavizantes: dan suavidad o acortan las fibras de proteínas: azúcar, grasas incluyendo mantequilla, manteca, manteca de cacao, leudantes y químicos.
 - ▶ 3. Hidratantes: Brindan humedad o agua: agua, leche líquida, jarabes y azucares líquidas y huevos.
 - ▶ 4. Secantes: Absorben la humedad: harinas y almidones, cacao y leche en polvo.
- ▶ El empleo de alimentos empacados en recetas de repostería
- ▶ Es posible que al cocinar quieras emplear alimentos cómodos, procesados o de preparación rápida.
- ▶ Alimentos de preparación rápida: son alimentos que ya están parcialmente preparados para ahorrar tiempo.
- ▶ Los tipos de alimentos más comunes de preparación rápida son las mezclas para bizcochos, panecillos o galletas.
- ▶ Cuando utilices estos alimentos debes seguir las instrucciones que vienen en los empaques como si se tratara de una receta.
- ▶ Debes asegurarte de tener todos los ingredientes y utensilios y de comprender todas las instrucciones.
- ▶ Casi todos los empaques traen las instrucciones ilustradas (con láminas). No trates de sustituir con la mezcla los ingredientes para otra receta, alterarla puede dañar la receta

Ejercicios Aplicados:

Ordena la forma de calcular el costo de una receta

- ▶ ____ El tiempo que el bizcocho está en el horno no se cuenta porque está cobrado en utilidades
- ▶ ____ De comprar los ingredientes secos por fardos deberás dividir el precio entre el peso. Y si es por cajas de igual manera, pero por unidades.
- ▶ ____ Identifica el precio de cada ingrediente en el mercado.
- ▶ ____ Los gastos de utilidad son el agua, la luz y gas.
- ▶ ____ Identifica la cantidad que contiene cada empaque de los ingredientes.
- ▶ ____ Calcula el precio por unidad, dividiendo el precio del mercado entre la cantidad de empaque para sacar el costo por unidad.
- ▶ ____ Los gastos operacionales son los ingredientes, gasolina y tiempo.
- ▶ ____ Multiplica el costo por unidad por la receta.
- ▶ ____ Identificar los ingredientes utilizando la receta
- ▶ ____ La mano de obra no se considera ganancia. Muchas veces la ganancia se obtiene de los ingredientes que sobran.

Calcula El costo de una

<u>RECETA</u>	<u>INGREDIENTES</u>	<u>EMPAQUE</u>	<u>PRECIO DEL MERCADO</u>	<u>COSTO POR UNIDAD</u>	<u>COSTO TOTAL</u>
<u>Bizcocho de Guineo</u>					
1 Libra (2 tazas) (16 onzas)	Azúcar granulada	4 libras	\$3.00		
1 barra (1/2 tazas) (4 barras)	Mantequilla sin sal	1 libra	\$2.18		
3 huevos	Huevos	12 unidades	\$2.00		
1 libras (2 azas) (16 onzas)	Harina "Self Rising" (preparada)	Caja de 2 libras	\$4.16		
1.5 Onzas	Sabor vainilla (extracto)	Empaque 8 onzas	\$2.30		
2 cda (2 Onzas)	Sourcream	Empaque 8 onzas	\$2.89		
3 (1.5 lb)	Guineo	Libra	.45		
-				<u>Total ingredientes</u>	
-				<u>40% gastos operacionales</u>	
-				<u>40% gastos utilidades</u>	
-				<u>Mano de obra (\$10. 00 por hora) (10x1.5 hr)</u>	
-				<u>Total sin ganancias (inversión) Suma todo</u>	
-				<u>Más 35% Margen de ganancia</u>	
-				<u>Precio de venta (Total s/g + G)</u>	

Ejercicios para Calificar

I. Utilizando la Formula de conversión de gramos a onzas y de mililitros a onzas realiza los siguientes ejercicios, asegúrate de hacer el procedimiento: (3Pnts c/u)

1) 356 g = _____ onz.

6) 32onz = _____ g

2) 56 onz = _____ g

7) 380 ml = _____ g

3) 123 ml = _____ g

8) 1,238 g = _____ onz

4) 35onz = _____ ml

9) 16onz = _____ g

5) 83g = _____ onz

10) 280 ml = _____ onz

Receta Sugerida

Pan de Guineo

Ingredientes:

2 tzs de harina de trigo

1 cda de polvo de hornear (baking powder)

3 guineos bien maduros

1 tz de azúcar granulada

1/2 tz de mantequilla

2 cdas de crema agria (sour cream)

3 huevos

Una pizca de sal

1/2 tz de nueces (opcional)

Procedimiento:

Precaliente el horno a 350°

Engrasa el molde de tu preferencia.

En una batidora, bate la mantequilla hasta que quede cremosa.

Mientras sigue batiendo, añade azúcar poco a poco.

Mientras sigue batiendo, añade los huevos, harina y sal.

En otro recipiente, mezcla bien el polvo de hornear con la crema agria.

Agrega e incorpora la crema agria con los demás ingredientes que aun mezclas en la batidora.

Retira mezcla de la batidora.

En otro recipiente, maja y mezcla bien los guineos con las nueces.

Usando un batidor de mano, agrega e incorpora la mezcla de guineos y nueces a la mezcla de bizcocho que recién retiraste de la batidora.

Vierte mezcla en el molde engrasado.

Hornea por 45 a 50 minutos o hasta que, al introducir un palillo de madera, el mismo salga limpio.

Unidad: Matemáticas Culinarias

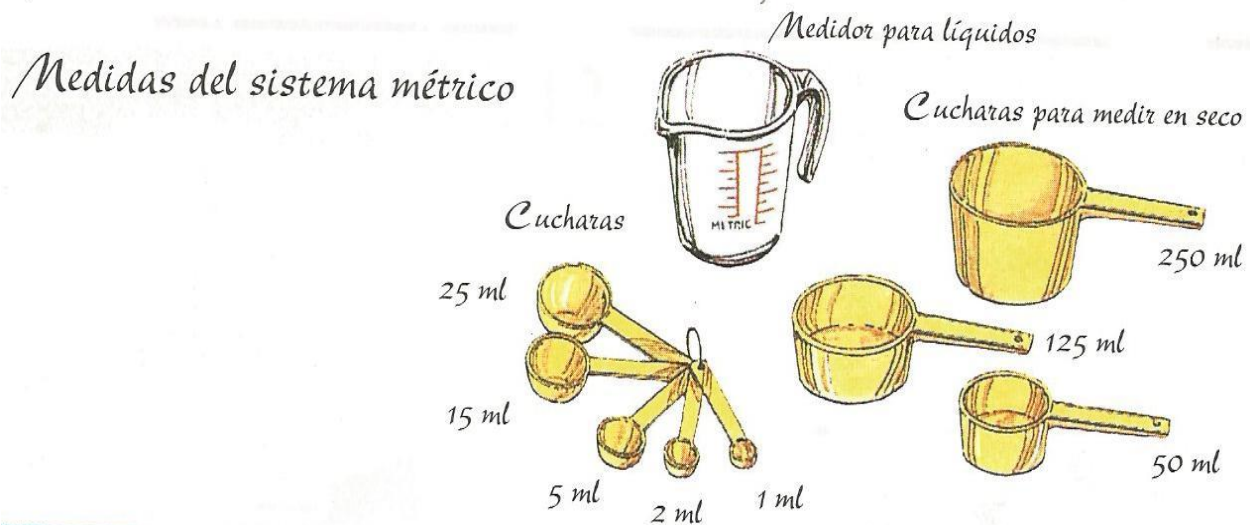
Tema: Alteración de Recetas II

Estándares y expectativas: Utiliza Receta

Objetivo: Interpreta y altera las recetas

Lección 9. Alteración de la Receta II

La preparación de alimentos y las matemáticas van de la mano. Las matemáticas te ayudan a comprender las unidades de medida de las recetas. También sirven para hacer cambios en una receta.



Un sistema de medidas tiene diferentes “idiomas”. Se llaman sistema inglés y sistema métrico. El sistema inglés: es el más común en los Estados Unidos. El sistema métrico: es el que está vigente en la mayor parte del mundo; este sistema es el que usan los científicos y profesionales de la salud de Estados Unidos.

Algunas recetas dan los ingredientes en medidas del sistema inglés y otras en el sistema métrico. Hay utensilios con las dos medidas solo sigue las instrucciones de la receta y utiliza los instrumentos adecuados. En este curso vamos a estar usando el sistema inglés.

Equivalencia de medidas		
Unidad del sistema inglés	Equivalencia en el sistema inglés	Equivalente aproximado en el sistema métrico
1 oz		30 g
1 lb	16 oz	500 g
2 lb	32 oz	1 kg o 1 000 g

Peso

Se refiere a lo pesado o ligero que es un ingrediente. Para medir peso se usan básculas. Muchos envases son clasificados de acuerdo con su peso.



Se refiere a lo pesado o ligero que es un ingrediente. Para medir peso se usan básculas. Muchos envases son clasificados de acuerdo con su peso.

Unidades básicas para medir peso y sus abreviaturas

Sistema inglés: *onza (oz) *libra (lb)
Sistema métrico: *gramo (g) *kilogramo (kg)

Volumen

Se refiere a la cantidad de espacio que ocupa un ingrediente. Muchos ingredientes se miden en volumen usando tazas y cucharas de medir.

Sistema inglés: *cucharadita (cdta) *cucharada (cda) *onza líquida (oz) *taza (t) *pinta (pt) *cuartillo (cilo) *galón (gal)

Sistema métrico: *mililitro (ml) *litro (l)

Ten en cuenta que “onzas” se usa de dos formas diferentes: para medir peso y volúmenes. Recuerda que estas formas no son lo mismo. Cuando en una receta se piden onzas, asegúrate de si se trata de peso o de volumen.



Temperaturas

Temperatura: en el sistema inglés, la temperatura se mide en grados Fahrenheit (°F). En el sistema métrico se mide en grados centígrados Celsius (°C). Muchos termómetros tienen las dos escalas.



Tiempo

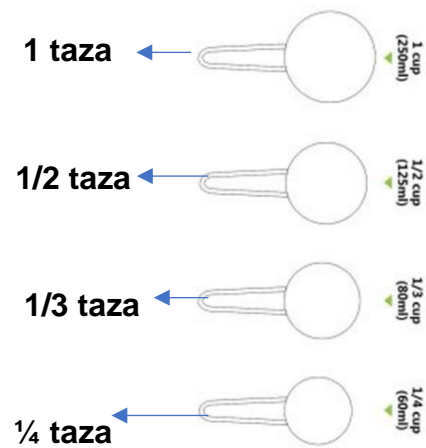
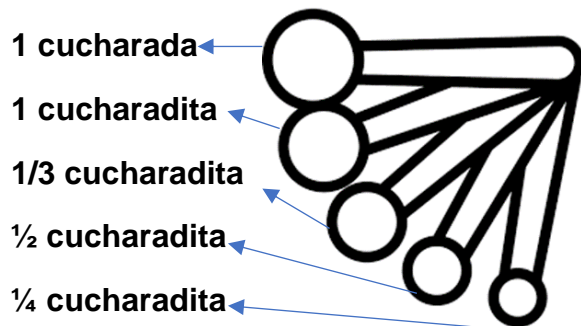
En la receta se indica en cuantos minutos, segundos u horas debe cocinarse el alimento, debe esperar para el siguiente paso, debe mezclar o batir algún ingrediente, etc.

Equivalencias

- ▶ 3 cucharaditas = 1 cucharada
- ▶ 16 cucharaditas = 1 taza
- ▶ 2 tazas = 1 pinta
- ▶ 2 pintas = 1 cuartillo
- ▶ 4 cuartillos = 1 galón

Equivalencia de volúmenes		
Unidad del sistema inglés	Equivalencia en el sistema inglés	Equivalente aproximado en el sistema métrico
Pizca	Menos de $\frac{1}{8}$ de cda	Menos de 0.5 ml
$\frac{1}{4}$ cda		1 ml
$\frac{1}{2}$ cda		2 o 3 ml
1 cda		5 ml
1 cda	3 cda	15 ml
1 oz	2 cda	30 ml
1 t	8 oz o 16 cda	250 ml
1 pta	2 t o 16 oz	500 ml
1 clo	2 pta, 4 t o 32 oz	1 litro o 1 000 ml
1 gal	4 clo	4 litros

Cuando preparas alimentos, necesitas cierto tipo de utensilios para hacer que el trabajo sea más fácil, certero, consistente, exitoso y seguro. Debes aprender qué utensilio es el mejor para cada caso. Debes conocer el equipo para medir los diferentes ingredientes y sus procedimientos. Algunos de estos son el set de cucharas de medir sólidos y líquidos y set de tazas de medir sólidos



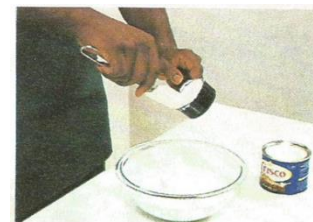
Las cantidades de las recetas se basan en tazas y cucharas de medir estándar. Se clasifican de la siguiente manera:

- ▶ **-tazas de medir sólidos-** son tazas para medir graduadas, son juegos de tazas para medir en los tamaños comúnmente empleados. También se llaman tazas para medir ingredientes en seco, como harina, azúcar y avena, y para medir ingredientes sólidos como la manteca y la mantequilla de maní, entre otros. En unidades tradicionales, usualmente se encuentran en juegos de cuatro tamaños: $\frac{1}{4}$ de taza, $\frac{1}{3}$ de taza, $\frac{1}{2}$ taza y 1 taza. Un juego de medidas métricas incluye los tamaños de 50 mL, 125 mL, y 250 mL.
- ▶ **-tazas de medir líquidos** – son de plástico o de cristal transparente para poder ver claramente la cantidad de líquido. Su capacidad es mayor de la que mide para facilitar su traslado sin derrames. Tiene pico y diferentes tamaños. Se emplean para medir ingredientes como leche, agua y aceites. Traen a un lado las marcas de las medidas en: fracciones en cuartos, en fracciones en tercios, en mililitros y en onzas.
- ▶ **- cucharas para medir sólidos y líquido-** mide tanto líquidos como ingredientes secos. Un juego básico del sistema de medida tradicional incluye $\frac{1}{4}$ de cucharadita, $\frac{1}{2}$ cucharadita, 1 cucharadita y 1 cucharada. En el sistema métrico incluye 1mL, 5 mL, 15 mL y 25 mL.

Métodos básicos para medir ingredientes

- ▶ La razón por la cual necesitas estos utensilios es porque para cada ingrediente requieres diferentes técnicas de medición.
- ▶ Conocer cuál es la técnica apropiada que debes emplear es tan importante como tener el equipo correcto.
- ▶ Uno de los secretos de la preparación exitosa de alimentos es medir con precisión los ingredientes. Demasiado o poco de un ingrediente puede ser la diferencia y dañarte la receta.
- ▶ Cocina con medidas de tazas o cucharas para que asegures la cantidad correcta de cada ingrediente. Si mides con exactitud, utilizas los utensilios apropiados y sigues las instrucciones, es seguro que las recetas te resulten iguales cada vez que las prepares.

También obtendrás más confianza en ti mismo para intentar nuevos platos.



Medir ingredientes sólidos

¿Cómo medir los alimentos sólidos?



► Cuando se miden ingredientes secos, es al ras de la taza o cuchara, de otra manera la medida no sería precisa. A menos que la receta pida “colmada”, la medida será al ras.

► Las cucharas se usan para cantidades pequeñas. Para las más grandes, hazlo con tazas, pues están diseñadas para medir fácilmente los ingredientes.

Para medir ingredientes secos

- 1. Sostén la taza o cuchara sobre un plato. Si se derrama algo, se podrá recoger.
- 2. Llena la taza o cuchara un poco más del ras. No presiones, ni golpees sobre la mesa para compactar los ingredientes a menos que la receta lo indique, ni los agites o tapes para hacer más espacios porque estarás utilizando más cantidad de la que necesitas y puedes alterar la receta.
- 3. Usa un instrumento recto, como una espátula, para poner al ras la taza o la cuchara.

Al ras



Colmada



Medir ingredientes líquidos:



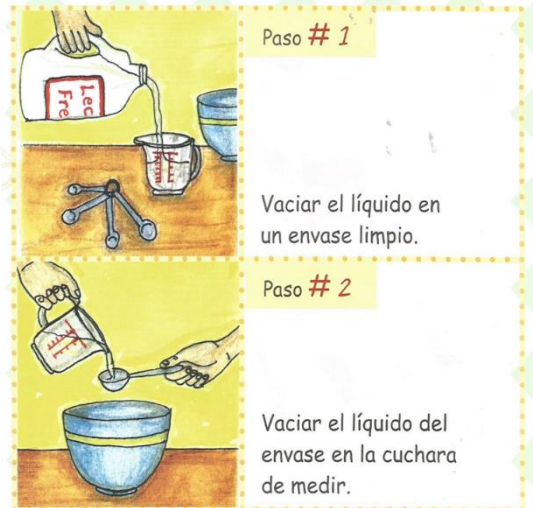
► Los ingredientes líquidos, como leche, agua, aceite o miel utiliza una taza de medir líquidos. En la parte superior de la taza hay espacio sobrante para evitar los derrames, además, de un pico para vaciar. Con frecuencia, se ofrecen las medidas en ambos sistemas de medidas, el inglés y el métrico.

1. Coloca la taza en una superficie plana y nivelada, en una mesa o gabinete.
2. Vierte lentamente el líquido en la taza.
3. Revisa la medida de la taza bajándote a nivel de los ojos, para poder ver directamente de frente la taza. Esto permite que leas la cantidad exacta de líquido que hay en la taza.

Si la mira desde arriba sin doblarte o bajarte, la medida no será precisa. Usa una espátula de goma para que retires todos los residuos que queden en la taza de medir. Para cantidades pequeñas de líquidos, utiliza cucharas de medir. Aleja la cuchara del envase que estás mezclando por si se derrama algo de líquido no caiga en el envase. También, la puedes sumergir en el envase si está limpia y seca. Llena la cuchara hasta el borde.



Cómo medir pequeñas cantidades de alimentos líquidos



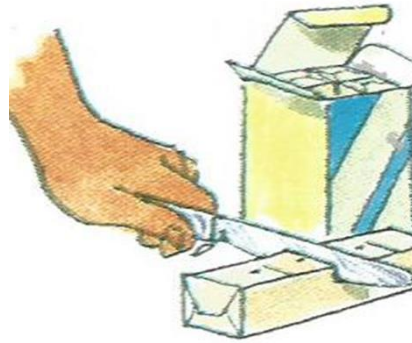
Medir grasas solidas

Las grasas sólidas, como la mantequilla, la margarina, la mantequilla de maní, el queso crema, manteca y el emulsificador, se pueden medir de diferentes maneras. Dos de las más fáciles son el método de la barra y el de la taza de medir ingredientes secos. Con una cuchara, coloca manteca en una taza para medir y compáctala. Asegúrate de que no queden burbujas de aire. Llena hasta sobrepasar y después nivela al ras. Para sacar la manteca de la taza, usa una espátula de goma.



Metodo Barra

La mantequilla, la margarina, el queso crema y la manteca vegetal, hoy día, las venden en barra. La barra de mantequilla y margarina pesan $\frac{1}{4}$ de libra (2 onzas). En la envoltura trae marcada e identificada las medidas en cucharaditas para que puedas cortar la que necesites. Las puedes cortar con un cuchillo envuelto en su empaque. El queso crema y la manteca vegetal pesan $\frac{1}{2}$ taza (4 onzas) y están divididas también en onzas para que cortes la que necesites.



Ejercicios aplicados

II. Escribe las equivalencias

- 1) 16 cucharadas = _____ tazas
- 2) 2 tazas = _____ 1 pinta
- 3) 2.2 kilogramos = _____ libras
- 4) 15 mililitros = _____ cucharadas
- 5) 5 mililitros = _____ cucharaditas
- 6) 1 galos = _____ litros
- 7) $\frac{1}{2}$ taza = _____ cucharadas
- 8) 8 onz = _____ taza
- 9) 1 pizca = _____ cucharadita
- 10) 4 cuartillos = _____ galón

II. Duplica o redúcela la receta:

Receta	Duplica	Reduce a la mitad
4 huevos		
½ taza de azúcar		
1 cucharada de vainilla		
¼ tz de agua		
1 ½ taza de harina		

III. Contesta con una **C** si es cierto o con una **F** si es falso.

- ___ 1. La preparación de alimentos y las matemáticas van de la mano.
- ___ 2. Las matemáticas no te ayudan a comprender las unidades de medida de las recetas.
- ___ 3. Las matemáticas en la preparación de alimentos sirven para hacer cambios en una receta.
- ___ 4. El sistema inglés de medidas es el más común en los Estados Unidos.
- ___ 5. Un sistema de medidas tiene diferentes “idiomas”. Se llaman sistema inglés y sistema matemático.
- ___ 6. El sistema métrico de medidas es el que está vigente en la mayor parte del mundo; Algunas recetas dan los ingredientes en medidas del sistema inglés y otras en el sistema métrico.
- ___ 7. El sistema métrico es el que usan los científicos y profesionales de la salud de Estados Unidos.
- ___ 8. Si los ingredientes sobre pasan los utensilios (ej. montañas) la medida esta correcta.
- ___ 9. Para medir peso se usan básculas.
- ___ 10. El volumen se refiere a la cantidad de espacio que ocupa un ingrediente.

Parea los términos de la **Columna A** con su definición en la **Columna B**.

Columna B.

Columna A

- ___1. Peso
- ___2. El sistema inglés
- ___3. El sistema métrico
- ___4. Volumen
- ___5. Longitud
- ___6. Temperatura
- ___7. tazas de medir líquidos
- ___8. tazas de medir sólidos
- ___9. cucharas para medir sólidos y líquido
- ___10. Tiempo

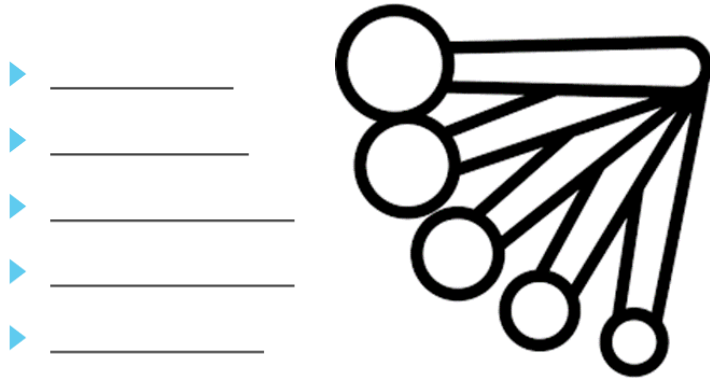
- A. Se utiliza para medir lo largo y ancho de un recipiente o el tamaño de una hortaliza.
- B. *Miden tanto líquidos como ingredientes secos en pequeñas cantidades.*
- C. Es el que está vigente en la mayor parte del mundo; este sistema es el que usan los científicos y profesionales de la salud de Estados Unidos.
- CH. En el sistema inglés, se mide en grados Fahrenheit (°F). En el sistema métrico se mide en grados centígrados Celsius (°C).
- D. *Son tazas para medir graduadas, son juegos de tazas para medir en los tamaños comúnmente empleados.*
- E. Se refiere a lo pesado o ligero que es un ingrediente.
- F. Es el sistema de medidas más común en los Estados Unidos.
- G. Se refiere a la cantidad de espacio que ocupa un ingrediente.
- H. En la receta se indica en cuantos minutos, segundos u horas debe cocinarse el alimento, debe esperar para el siguiente paso, debe mezclar o batir algún ingrediente, etc.
- I. *Tazas de plástico o de cristal transparente para poder ver claramente la cantidad de líquido.*

Ejercicios calificados

III. Escribe la abreviatura correspondiente:

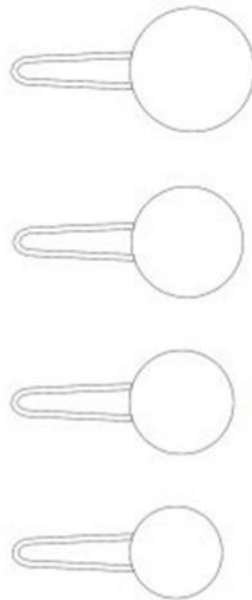
Nombre	Español	Ingles
Taza		
Pinta		
Cuartillo		
Gramos		
Litro		
	Lb	
	Kg	
Mililitro		
Cucharada		
Cucharadita		

Identifica las medidas de cada
cuchara de medir solidos y
liquidos.



Identifica las medidas
de cada taza de medir sólidos.

- _____
- _____
- _____
- _____



Receta sugerida

Pudding de Chocolate

Ingredientes

- Chocolate negro de buena calidad (suizo, preferiblemente) **50 g**
- Leche o bebida vegetal **500 ml**
- Sal una pizca
- Azúcar vainillado **5 g**
- Canela molida una pizca
- Azúcar **35 g**
- Cacao en polvo puro sin azúcar **12 g**
- Maicena **30 g**

Procedimiento

Rosear el chocolate. Separar 150 ml de la leche y llevar al congelador. Colocar el resto en un cazo, calentar con el azúcar vainillado y la sal y añadir el chocolate. Remover hasta que se derrita y apagar el fuego. Sacar la leche restante del congelador (no debe estar congelada, solo muy fría) y añadir la maicena, el azúcar, el cacao y la canela.

Remover muy bien con unas varillas hasta que se haya incorporado todo, sin grumos. Echar sobre el cazo templado y volver a calentar a fuego medio. Remover constantemente con el batidor de mano hasta que espese, con cuidado de que no se queme por abajo. Tapar con un paño o con plástico film mientras se enfría un poco.

Cuando ya no esté muy caliente, remover de nuevo con las varillas y repartir en recipientes del tamaño deseado, da para unas 6 raciones de tamaño medio o 4 más grandes. Cubrir con plástico film para que se conserve más suave la parte exterior, aunque tampoco es totalmente necesario. Llevar a la nevera hasta que se enfríe.

Recurso de internet

Tazas y cucharas medidoras: <https://www.youtube.com/watch?v=0UcqlrXVV7o>

Unidad: Receta

Tema: Mise en Place

Estándares y expectativas: Planifica y usa menús

Objetivo: Analiza los aspectos a considerar al planificar menús

Lección 10. *Mise en Place*

Mise en place se refiere a **la organización de los ingredientes dentro de la cocina**, puede refiriéndose a una sola receta o hablando de cómo se deben ordenar todos los alimentos que tenemos en reserva. Es posible aplicar este término a los utensilios de la cocina, siempre pensando en la dinámica de trabajo. También se aplica a cómo se deben disponer los elementos de la sala en un restaurante. El término *mise en place* se conoce también por las siglas MEP. Como bien supones, la expresión *Mise en place* proviene del francés y significa, literalmente, “puesto en su lugar”

El nacimiento de la *mise en place* – cada cosa en su lugar – viene dado por la necesidad de un sistema práctico y rápido de trabajo, en el que los cocineros no pierdan tiempo buscando los elementos que van a usar. Si hablamos de la cocina, una buena *mise en place* facilita enormemente el proceso de cocinado, pues nos permite visualizar, planificar y organizar la elaboración de nuestros platos. Podría decirse que constituye una especie de guion visual del plato que nos permite ser eficaces en la cocina, respetar los tiempos de cocinado de los alimentos sin agobios y estar atentos a lo que ocurre en cada paso de la preparación de los alimentos.

Una cocina ordenada es fundamental para un restaurante eficiente, además de las ventajas que supone para un rápido aprendizaje de las nuevas incorporaciones de personal. Puede ser algo tan sencillo como disponer los ingredientes de una receta bien ordenados en el banco de la cocina para poder cocinarlos a medida que avanzamos el trabajo. También, algo tan complicado como ordenar todos los alimentos que un restaurante de cinco estrellas necesita, pensando en los tiempos y necesidades de cada turno.

Cuando se termina de cocinar, cada elemento tiene que volver a su sitio, para que el siguiente turno encuentre la cocina tal y como debe estar para un correcto funcionamiento. En el caso de la sala, una *mise en place* se refiere a cómo se ponen las mesas, dónde se guarda la mantelería, los cubiertos, las copas, etc. Siempre buscando la mayor eficiencia.

La finalidad de un *mise en place* es:

- 1) organizar el trabajo de cocina de una manera adecuada,
- 2) transmitir una imagen de profesionalidad,
- 3) dar un buen servicio a los comensales y
- 4) optimizar el tiempo en los preparativos.

En este sentido, un *mise en place* supone necesariamente una **planificación** en un sentido general, pues hay que tener en cuenta que en un restaurante o una cafetería es necesario realizar una serie de cálculos (sobre el número de comensales previstos, la decoración de las mesas o la **distribución** de los platos).

Hoy en día, un *mise en place* es fundamental para obtener un resultado profesional, su uso se recomienda también para todos aquellos cocineros *amateurs* que busquen un resultado casi profesional en sus platos.

Ejercicio de aplicación:

Contesta las siguientes preguntas del trabajo y video sobre *mise en place*:

1. ¿Qué es *mise en place*?
2. Es un nombre francés *mise en Place*, ¿qué significa en español?
3. Menciona 2 ventajas de *mise en place*
4. Menciona las etapas en que se divide el *mise en place*
5. ¿Cuál es la importancia del *mise en place*?

Ejercicio para calificar:

1. Siguiendo la sugerencia de que es un momento de compartir juntos en familia, van a tomar una de las comidas que realicen en su hogar y van a hacer un *mise en place*, de los ingredientes y de los utensilios, si tiene la facilidad de hacer un video explicándolo lo puede hacer, si no, puedes tomar fotos (mínimo de 5 fotos) y lo explica debajo de las fotos. Recuerda que no debe salir tu rostro en el video, ni en las fotos, solo en el video se debe escuchar tu voz y el proceso de preparar la receta. Debe explicar cuál es la receta que va a hacer en familia.
2. Escoja tres recetas de su predilección y explique cuál sería el *mise en place* de cada receta

Recurso de internet

<https://youtu.be/r24JLprt-J0>

Que es Mise en Place

Receta Sugerida

Recetas de Galletas de Queso

Ingredientes:

- 2 barras (8onz) de Mantequilla sin Sal
- 16 onz de queso crema
- 2 tz de azúcar
- 2 tz de harina
- 1 cucharada de vainilla



Procedimiento:

1. Precalentar el horno a 345°
2. Crear la mantequilla con el queso crema
3. Añadir azúcar, la vainilla y mezclar bien
4. Colocar en la manga, darle forma en la bandeja engrasada y con el papel
5. Hornearlas hasta que estén doradas

CLAVES DE RESPUESTA DE EJERCICIOS DE EJERCICIOS DE PRÁCTICA

Lección 1

Ejercicio de Aplicación

1. C
2. F
3. F
4. C
5. C
6. C
7. C
8. F
9. C
10. C
11. C
12. C
13. C
14. C
15. C

Lección 2

Ejercicio de Aplicación

1.

- a) Realizar la administración, gestión y comercialización de una pequeña empresa o taller.
- d) Publicar y promocionar los productos elaborados haciendo uso de las técnicas de comercialización y marketing.
- c) Atender a los clientes y vender sus productos.

2.

- a) Persona polivalente.
- b) Buenas habilidades manuales.
- c) Conocimientos técnicos de pastelería.
- d) Creatividad.
- e) Innovación.
- f) Ganas de aprender

3.

- a) Capacidad para realizar varias tareas al mismo tiempo.
- b) Certificado de manipulación e higiene de los alimentos.
- c) Controla la máquina de hornear.
- d) Elabora, cuece y termina diferentes tipos de panes, bollos, pasteles y pastas saladas.
- e) Glasea y decora productos de panadería y confitería.

Lección 3.

Ejercicio de Aplicación

I. Pareo

- 1. Ch
- 2. C
- 3. F
- 4. D
- 5. B
- 6. G
- 7. H
- 8. E
- 9. I
- 10. A

II. Cierto y Falso

- 1. C
- 2. F
- 3. C
- 4. C
- 5. F
- 6. 6
- 7. F
- 8. C
- 9. F
- 10. C

11. Circula en la receta el nombre de las indicaciones de la siguiente receta de acuerdo a la información que ofrece y pareo con la **columna A** de la derecha del papel con una raya.

<p><u>FLAN DE VAINILLA</u></p> <p>(10 porciones de 3 onzas por ración)</p> <p>Ingredientes:</p> <p>6 huevos</p> <p>1-lata de leche condensada</p> <p>2 lata de leche evaporada</p> <p>1 cucharadita de fécula de maíz diluida en 2 cucharadas de agua</p> <p>1 cucharadita de extracto de vainilla</p> <p>Procedimiento:</p> <p>.1. Para acaramelar el molde : Utiliza 1 ½ taza de azúcar y a fuego moderado en la estufa, deje derretir y cuando se torne un color dorado, vierta por el molde hasta que seque. Deje enfriar a temperatura ambiente.</p> <p>2.En la licuadora bata todos los ingredientes juntos hasta que se unan bien, empezando con los huevos y añadiendo las leches, la fécula de maíz diluida en agua y la vainilla.</p> <p>3.Vierta en el molde acaramelado.</p> <p>4.Luego se coloca en el horno a 350°F en baño de María por 1 hora.</p> <p>5.Deje enfriar 4 horas en el refrigerador antes de sacarlo del molde.</p>	<p>COLUMNA A: PARA PAREAR TRAZANDO UNA RAYA CON LAS INDICACIONES DE LA RECETA</p> <ul style="list-style-type: none">*Título de la receta*Lista de Ingredientes*Cantidades*Instrucciones*Envases*Equipos*Temperatura*Tiempo*Rendimiento*Raciones
--	---

Lección 4

Ejercicio de Aplicación

I. Cierto y Falso

1. F
2. C
3. C
4. C
5. F
6. 6
7. 7
8. C
9. 9
10. F

II. Selecciona con un círculo alrededor las abreviaturas más utilizadas en las recetas.

1. pe. = Pesa
2. ca. = Cucharada
3. cda. = cucharada
4. cda. = cucharadita
5. t. = taza
6. th. = Taza
7. on. = Onza
8. lb. = Libra
9. oz. = onza
10. lib. = libra

III. Pareo

1. F
2. G
3. H
4. I
5. CH
6. D
7. C
8. E
9. A
10. B

Lección 5.

I. Pareo

- | | |
|------|------|
| 1. G | 6. A |
| 2. E | 7. D |
| 3. B | 8. C |
| 4. I | |
| 5. F | |

- II.
- a) Guantes
 - b) Protección ocular
 - c) Calzado antiadherente
 - d) Ropa adecuada
 - e) Delantales

III. 3,1,4,2

- IV.
- Limpiador abrasivo
 - Desgrasante
 - Descalificador
 - Detergente

Lección 6

I.



II.

- a) Lavarse las manos
- b) Los empujados de cocina no deben tener alhajas
- c) Los empleados deben lavarse las manos
- d) Cuando se ensucien los guantes, rasguen y antes de comenzar una tarea nueva
- e) Deben mantener las uñas cortas limpias y sin esmaltes.

III.

1. Usar jabón líquido o de barra (deben cumplir con los estándares de la FDA)
2. Talla energéticamente las palmas, el dorso y entre los dedos

3. Lávalas un minuto sin olvidar las muñecas hasta el codo
4. Enjuaga completamente
5. Seca las manos con una toalla de papel

Lección 7

I. Pareo

1. C
2. F
3. G
4. A
5. J
6. H
7. B
8. D
9. I
10. E

II.

Batidora de mano
Batidora eléctrica

III. Cierto y Falso

1. F
2. F
3. C
4. C
5. F
6. F

Lección 8

I. Orden de sucesos

- 7
- 10
- 3
- 9
- 2
- 4
- 8
- 5
- 1
- 6

<u>RECETA</u>	<u>INGREDIENTES</u>	<u>EMPAQUE</u>	<u>PRECIO DEL MERCADO</u>	<u>COSTO POR UNIDAD</u>	<u>COSTO TOTAL</u>
<u>Biscocho de Guineo</u>					
1 Libra (2 tazas) (16 onzas)	Azúcar granulada	4 libras	\$3.00	.38	.75
1barra (1/2 tazas) (4 barras)	Mantequilla sin sal	1 libra	\$2.18	.55	.55
3 huevos	Huevos	12 unidades	\$2.00	.17	.51
1 libras (2 azas) (16 onzas)	Harina "Self Rising" (preparada)	Caja de 2 libras	\$4.16	2.08	2.08
1.5 Onzas	Sabor vainilla (extracto)	Empaque 8 onzas	\$2.30	.29	.44
2 cda (2 Onzas)	Sourcream	Empaque 8 onzas	\$2.89	.36	.72
3 (1.5 lb)	Guineo	Libra	.45	.45	.68
-	-	-	-	<u>Total ingredientes</u>	<u>5.13</u>
-	-	-	-	<u>40% gastos operacionales</u>	<u>2.05</u>
-	-	-	-	<u>40% gastos utilidades</u>	<u>2.05</u>
-	-	-	-	<u>Mano de obra (\$10. 00 por hora) (10x1.5 hr)</u>	<u>15.00</u>
-	-	-	-	<u>Total sin ganancias (inversión) Suma todo</u>	<u>24.23</u>
-	-	-	-	<u>Más 35% Margen de ganancia</u>	<u>8.48</u>
-	-	-	-	<u>Precio de venta (Total s/g + G)</u>	<u>32.71</u>

Lección 9

I.

1. 1
2. 1
3. 4
4. 1
5. 1
6. 4
7. 8
8. 1
9. 1/8
10. 1

II.

Receta	Duplica	Reduce a la mitad
4 huevos	8	2
½ taza de azúcar	1tz	¼ tz
1 cucharada de vainilla	2 cda	½ cda
¼ tz de agua	½ tz	1/8 tz
1 ½ taza de harina	3tz	2/3 tz

III. Ciento y Falso

- | | |
|------|-------|
| 1. C | 9. C |
| 2. F | 10. C |
| 3. C | |
| 4. C | |
| 5. F | |
| 6. C | |
| 7. C | |
| 8. F | |

IV.

1. E
2. F
3. C
4. G
5. A
6. CH
7. I
8. D
9. B
10. H

Lección 10

1. ¿Qué es *mise en place*?

se refiere a la organización de los ingredientes dentro de la cocina, puede refiriéndose a una sola receta o hablando de cómo se deben ordenar todos los alimentos que tenemos en reserva

2. Es un nombre francés *mise en Place*, ¿qué significa en español?

puesto en su lugar

3. Menciona 2 ventajas de *mise en place*

Un rápido aprendizaje de las nuevas incorporaciones de personal.

Disponer los ingredientes de una receta bien ordenados en el banco de la cocina para poder cocinarlos a medida que avanzamos el trabajo

4. Menciona las etapas en que se divide el *mise en place*

Se divide en el pre *Mise en place* y *mise en place* ensamblaje

5. ¿Cuál es la importancia del *mise en place*?

Ahorras tiempo buscando los ingredientes, te aseguras que tienes todos los ingredientes de la receta.

REFERENCIA

"Repostería". En: *Significados.com*. Disponible en: <https://www.significados.com/reposteria/> fecha de actualización: 21/12/2018

La Historia de la Pastelería, Confederación Española de Empresarios Artesanos de Pastelería CEEAP. Recuperado de: <http://www.ceeap.es/historia-de-la-pasteler%C3%ADa/>

Profesión repostero/repostera, 123 test psicólogos gratuitos. Recuperado de: <https://www.123test.com/es/profesiones/profesion-repostero~repostera/>

Pastelero, EducaWeb. Recuperado de: <https://www.educaweb.com/profesion/pastelero-994/>

Seguridad e higiene en la cocina. Servinox todo para tu cocina. Recuperado el 25 de agosto de 2014 de: <https://servinox.com.mx/blog/seguridad-e-higiene-en-la-cocina/>

Publicación de mesa de redacción: Impulsan Prácticas de higiene en los restaurantes. Recuperado el 1 de noviembre de 2018 de: <https://aldiabcs.com/noticias/impulsan-practicas-de-higiene-en-restaurantes/>

Alisha, Helado casero de vainilla. People en Español. Recuperado de: <https://peopleenespanol.com/recetas/5749-helado-casero-de-vainilla/>

Lilliana Fuchs. (2018) Pudding de chocolate suizo; receta de postre cremoso sin huevo. Directo al paladar. Recuperado de: <https://www.directoalpaladar.com/postres/pudding-de-chocolate-suizo-receta-de-postre-cremoso-sin-huevo>

Información Esencial de Servsafe. 5ta edición, (2009) Chicago, USA

Katherine Bonilla, (2008). *Educándome para la vida*, Educación para la familia y el consumidor. México D.F.

Labensky Hause Martel. (2015). *On Cooking*. 5th edition. New Jersey, USA

Clayton, N. (2000). *Vida Joven*, Mexico D.F.

Cupcake cake free photo. Needpix.com, <https://www.needpix.com/photo/1460922/cupcake-cupcakes-cake-cakes-colorful-pretty-pink-cherry-cherries>

Estimada familia:

El Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) tiene como prioridad el garantizar que a sus hijos se les provea una educación pública, gratuita y apropiada. Para lograr este cometido, es imperativo tener presente que los seres humanos son diversos. Por eso, al educar es necesario reconocer las habilidades de cada individuo y buscar estrategias para minimizar todas aquellas barreras que pudieran limitar el acceso a su educación.

La otorgación de acomodados razonables es una de las estrategias que se utilizan para minimizar las necesidades que pudiera presentar un estudiante. Estos permiten adaptar la forma en que se presenta el material, la forma en que el estudiante responde, la adaptación del ambiente y lugar de estudio y el tiempo e itinerario que se utiliza. Su función principal es proveerle al estudiante acceso equitativo durante la enseñanza y la evaluación. Estos tienen la intención de reducir los efectos de la discapacidad, excepcionalidad o limitación del idioma y no, de reducir las expectativas para el aprendizaje. Durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, se debe tener altas expectativas con nuestros niños y jóvenes.

Esta guía tiene el objetivo de apoyar a las familias en la selección y administración de los acomodados razonables durante el proceso de enseñanza y evaluación para los estudiantes que utilizarán este módulo didáctico. Los acomodados razonables le permiten a su hijo realizar la tarea y la evaluación, no de una forma más fácil, sino de una forma que sea posible de realizar, según las capacidades que muestre. El ofrecimiento de acomodados razonables está atado a la forma en que su hijo aprende. Los estudios en neurociencia establecen que los seres humanos aprenden de forma visual, de forma auditiva o de forma kinestésica o multisensorial, y aunque puede inclinarse por algún estilo, la mayoría utilizan los tres.

Por ello, a continuación, se presentan algunos ejemplos de acomodados razonables que podrían utilizar con su hijo mientras trabaja este módulo didáctico en el hogar. Es importante que como madre, padre o persona encargada en dirigir al estudiante en esta tarea los tenga presente y pueda documentar cuales se utilizaron. Si necesita más información, puede hacer referencia a la **Guía para la provisión de acomodados razonables** (2018) disponible por medio de la página www.de.pr.gov, en educación especial, bajo Manuales y Reglamentos.

GUÍA DE ACOMODOS RAZONABLES PARA LOS ESTUDIANTES QUE TRABAJARÁN BAJO MÓDULOS DIDÁCTICOS

Acomodos de presentación	Acomodos en la forma de responder	Acomodos de ambiente y lugar	Acomodos de tiempo e itinerario
<p>Cambian la manera en que se presenta la información al estudiante. Esto le permite tener acceso a la información de diferentes maneras. El material puede ser presentado de forma auditiva, táctil, visual o multisensorial.</p>	<p>Cambian la manera en que el estudiante responde o demuestra su conocimiento. Permite a los estudiantes presentar las contestaciones de las tareas de diferentes maneras. Por ejemplo, de forma verbal, por medio de manipulativos, entre otros.</p>	<p>Cambia el lugar, el entorno o el ambiente donde el estudiante completará el módulo didáctico. Los acomodos de ambiente y lugar requieren de organizar el espacio donde el estudiante trabajará.</p>	<p>Cambian la cantidad de tiempo permitido para completar una evaluación o asignación; cambia la manera, orden u hora en que se organiza el tiempo, las materias o las tareas.</p>
<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Usar letra agrandada o equipos para agrandar como lupas, televisores y computadoras ▪ Uso de láminas, videos pictogramas. ▪ Utilizar claves visuales tales como uso de colores en las instrucciones, resaltadores (highlighters), subrayar palabras importantes. ▪ Demostrar lo que se espera que realice el estudiante y utilizar modelos o demostraciones. ▪ Hablar con claridad, pausado ▪ Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante ▪ Añadir al material información complementaria <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Leerle el material o utilizar aplicaciones que convierten el 	<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utilizar la computadora para que pueda escribir. ▪ Utilizar organizadores gráficos. ▪ Hacer dibujos que expliquen su contestación. ▪ Permitir el uso de láminas o dibujos para explicar sus contestaciones ▪ Permitir que el estudiante escriba lo que aprendió por medio de tarjetas, franjas, láminas, la computadora o un comunicador visual. ▪ Contestar en el folleto. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grabar sus contestaciones ▪ Ofrecer sus contestaciones a un adulto que documentará por escrito lo mencionado. ▪ Hacer presentaciones orales. 	<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambiente silencioso, estructurado, sin muchos distractores. ▪ Lugar ventilado, con buena iluminación. ▪ Utilizar escritorio o mesa cerca del adulto para que lo dirija. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambiente donde pueda leer en voz alta o donde pueda escuchar el material sin interrumpir a otras personas. ▪ Lugar ventilado, con buena iluminación y donde se les permita el movimiento mientras repite en voz alta el material. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ambiente se le permita moverse, hablar, escuchar música mientras trabaja, cantar. ▪ Permitir que realice las actividades en diferentes escenarios 	<p>Aprendiz visual y auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Preparar una agenda detalladas y con códigos de colores con lo que tienen que realizar. ▪ Reforzar el que termine las tareas asignadas en la agenda. ▪ Utilizar agendas de papel donde pueda marcar, escribir, colorear. ▪ Utilizar “post-it” para organizar su día. ▪ Comenzar con las clases más complejas y luego moverse a las sencillas. ▪ Brindar tiempo extendido para completar sus tareas. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Asistir al estudiante a organizar su trabajo con agendas escritas o electrónicas. ▪ Establecer mecanismos para

Acomodos de presentación	Acomodos en la forma de responder	Acomodos de ambiente y lugar	Acomodos de tiempo e itinerario
<p>texto en formato audible.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Leer en voz alta las instrucciones. ▪ Permitir que el estudiante se grabe mientras lee el material. ▪ Audiolibros ▪ Repetición de instrucciones ▪ Pedirle al estudiante que explique en sus propias palabras lo que tiene que hacer ▪ Utilizar el material grabado ▪ Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Presentar el material segmentado (en pedazos) ▪ Dividir la tarea en partes cortas ▪ Utilizar manipulativos ▪ Utilizar canciones ▪ Utilizar videos ▪ Presentar el material de forma activa, con materiales comunes. ▪ Permitirle al estudiante investigar sobre el tema que se trabajará ▪ Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hacer videos explicativos. ▪ Hacer exposiciones <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Señalar la contestación a una computadora o a una persona. ▪ Utilizar manipulativos para representar su contestación. ▪ Hacer presentaciones orales y escritas. ▪ Hacer dramas donde represente lo aprendido. ▪ Crear videos, canciones, carteles, infografías para explicar el material. ▪ Utilizar un comunicador electrónico o manual. 	<p>controlados por el adulto. Ejemplo el piso, la mesa del comedor y luego, un escritorio.</p>	<p>recordatorios que le sean efectivos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utilizar las recompensas al terminar sus tareas asignadas en el tiempo establecido. ▪ Establecer horarios flexibles para completar las tareas. ▪ Proveer recesos entre tareas. ▪ Tener flexibilidad en cuando al mejor horario para completar las tareas. ▪ Comenzar con las tareas más fáciles y luego, pasar a las más complejas. ▪ Brindar tiempo extendido para completar sus tareas.

HOJA DE DOCUMENTAR LOS ACOMODOS RAZONABLES UTILIZADOS AL TRABAJAR EL MÓDULO DIDÁCTICO

Nombre del estudiante: _____

Número de SIE: _____

Materia del módulo: _____

Grado: _____

Estimada familia:

1.

Utiliza la siguiente hoja para documentar los acomodados razonables que utiliza con tu hijo en el proceso de apoyo y seguimiento al estudio de este módulo. Favor de colocar una marca de cotejo [✓] en aquellos acomodados razonables que utilizó con su hijo para completar el módulo didáctico. Puede marcar todos los que aplique y añadir adicionales en la parte asignada para ello.

Acomodos de presentación	Acomodos de tiempo e itinerario
<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Usar letra agrandada o equipos para agrandar como lupas, televisores y computadoras <input type="checkbox"/> Uso de láminas, videos pictogramas. <input type="checkbox"/> Utilizar claves visuales tales como uso de colores en las instrucciones, resaltadores (<i>highlighters</i>), subrayar palabras importantes. <input type="checkbox"/> Demostrar lo que se espera que realice el estudiante y utilizar modelos o demostraciones. <input type="checkbox"/> Hablar con claridad, pausado <input type="checkbox"/> Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante <input type="checkbox"/> Añadir al material información complementaria <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Leerle el material o utilizar aplicaciones que convierten el texto en formato audible. <input type="checkbox"/> Leer en voz alta las instrucciones. <input type="checkbox"/> Permitir que el estudiante se grabe mientras lee el material. <input type="checkbox"/> Audiolibros <input type="checkbox"/> Repetición de instrucciones <input type="checkbox"/> Pedirle al estudiante que explique en sus propias palabras lo que tiene que hacer <input type="checkbox"/> Utilizar el material grabado <input type="checkbox"/> Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Presentar el material segmentado (en pedazos) <input type="checkbox"/> Dividir la tarea en partes cortas <input type="checkbox"/> Utilizar manipulativos <input type="checkbox"/> Utilizar canciones 	<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Utilizar la computadora para que pueda escribir. <input type="checkbox"/> Utilizar organizadores gráficos. <input type="checkbox"/> Hacer dibujos que expliquen su contestación. <input type="checkbox"/> Permitir el uso de láminas o dibujos para explicar sus contestaciones <input type="checkbox"/> Permitir que el estudiante escriba lo que aprendió por medio de tarjetas, franjas, láminas, la computadora o un comunicador visual. <input type="checkbox"/> Contestar en el folleto. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Grabar sus contestaciones <input type="checkbox"/> Ofrecer sus contestaciones a un adulto que documentará por escrito lo mencionado. <input type="checkbox"/> Hacer presentaciones orales. <input type="checkbox"/> Hacer videos explicativos. <input type="checkbox"/> Hacer exposiciones <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Señalar la contestación a una computadora o a una persona. <input type="checkbox"/> Utilizar manipulativos para representar su contestación. <input type="checkbox"/> Hacer presentaciones orales y escritas. <input type="checkbox"/> Hacer dramas donde represente lo aprendido. <input type="checkbox"/> Crear videos, canciones, carteles, infografías para explicar el material. <input type="checkbox"/> Utilizar un comunicador electrónico o manual.

Acomodos de presentación	Acomodos de tiempo e itinerario
<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Utilizar videos <input type="checkbox"/> Presentar el material de forma activa, con materiales comunes. <input type="checkbox"/> Permitirle al estudiante investigar sobre el tema que se trabajará <input type="checkbox"/> Identificar compañeros que puedan servir de apoyo para el estudiante 	
Acomodos de respuesta	Acomodos de ambiente y lugar
<p>Aprendiz visual:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ambiente silencioso, estructurado, sin muchos distractores. <input type="checkbox"/> Lugar ventilado, con buena iluminación. <input type="checkbox"/> Utilizar escritorio o mesa cerca del adulto para que lo dirija. <p>Aprendiz auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ambiente donde pueda leer en voz alta o donde pueda escuchar el material sin interrumpir a otras personas. <input type="checkbox"/> Lugar ventilado, con buena iluminación y donde se les permita el movimiento mientras repite en voz alta el material. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ambiente se le permita moverse, hablar, escuchar música mientras trabaja, cantar. <input type="checkbox"/> Permitir que realice las actividades en diferentes escenarios controlados por el adulto. Ejemplo el piso, la mesa del comedor y luego, un escritorio. 	<p>Aprendiz visual y auditivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Preparar una agenda detalladas y con códigos de colores con lo que tienen que realizar. <input type="checkbox"/> Reforzar el que termine las tareas asignadas en la agenda. <input type="checkbox"/> Utilizar agendas de papel donde pueda marcar, escribir, colorear. <input type="checkbox"/> Utilizar “post-it” para organizar su día. <input type="checkbox"/> Comenzar con las clases más complejas y luego moverse a las sencillas. <input type="checkbox"/> Brindar tiempo extendido para completar sus tareas. <p>Aprendiz multisensorial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Asistir al estudiante a organizar su trabajo con agendas escritas o electrónicas. <input type="checkbox"/> Establecer mecanismos para recordatorios que le sean efectivos. <input type="checkbox"/> Utilizar las recompensas al terminar sus tareas asignadas en el tiempo establecido. <input type="checkbox"/> Establecer horarios flexibles para completar las tareas. <input type="checkbox"/> Proveer recesos entre tareas. <input type="checkbox"/> Tener flexibilidad en cuando al mejor horario para completar las tareas. <input type="checkbox"/> Comenzar con las tareas más fáciles y luego, pasar a las más complejas. <input type="checkbox"/> Brindar tiempo extendido para completar sus tareas.
<p>Otros:</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	

2.

Si tu hijo es un candidato o un participante de los servicios para estudiantes aprendices del español como segundo idioma e inmigrantes considera las siguientes sugerencias de enseñanza:

- Proporcionar un modelo o demostraciones de respuestas escritas u orales requeridas o esperadas.
- Comprobar si hay comprensión: use preguntas que requieran respuestas de una sola palabra, apoyos y gestos.
- Hablar con claridad, de manera pausada.
- Evitar el uso de las expresiones coloquiales, complejas.
- Asegurar que los estudiantes tengan todos los materiales necesarios.
- Leer las instrucciones oralmente.
- Corroborar que los estudiantes entiendan las instrucciones.
- Incorporar visuales: gestos, accesorios, gráficos organizadores y tablas.
- Sentarse cerca o junto al estudiante durante el tiempo de estudio.
- Seguir rutinas predecibles para crear un ambiente de seguridad y estabilidad para el aprendizaje.
- Permitir el aprendizaje por descubrimiento, pero estar disponible para ofrecer instrucciones directas sobre cómo completar una tarea.
- Utilizar los organizadores gráficos para la relación de ideas, conceptos y textos.
- Permitir el uso del diccionario regular o ilustrado.
- Crear un glosario pictórico.
- Simplificar las instrucciones.
- Ofrecer apoyo en la realización de trabajos de investigación.
- Ofrecer los pasos a seguir en el desarrollo de párrafos y ensayos.
- Proveer libros o lecturas con conceptos similares, pero en un nivel más sencillo.
- Proveer un lector.
- Proveer ejemplos.
- Agrupar problemas similares (todas las sumas juntas), utilizar dibujos, láminas, o gráficas para apoyar la explicación de los conceptos, reducir la complejidad lingüística del problema, leer y explicar el problema o teoría verbalmente o descomponerlo en pasos cortos.
- Proveer objetos para el aprendizaje (concretizar el vocabulario o conceptos).
- Reducir la longitud y permitir más tiempo para las tareas escritas.
- Leer al estudiante los textos que tiene dificultad para entender.
- Aceptar todos los intentos de producción de voz sin corrección de errores.
- Permitir que los estudiantes sustituyan dibujos, imágenes o diagramas, gráficos, gráficos para una asignación escrita.
- Esbozar el material de lectura para el estudiante en su nivel de lectura, enfatizando las ideas principales.
- Reducir el número de problemas en una página.
- Proporcionar objetos manipulativos para que el estudiante utilice cuando resuelva problemas de matemáticas.

3.

Si tu hijo es un estudiante dotado, es decir, que obtuvo 130 o más de cociente intelectual (CI) en una prueba psicométrica, su educación debe ser dirigida y desafiante. Deberán considerar las siguientes recomendaciones:

- Conocer las capacidades especiales del estudiante, sus intereses y estilos de aprendizaje.
- Realizar actividades motivadoras que les exijan pensar a niveles más sofisticados y explorar nuevos temas.
- Adaptar el currículo y profundizar.
- Evitar las repeticiones y las rutinas.
- Realizar tareas de escritura para desarrollar empatía y sensibilidad.
- Utilizar la investigación como estrategia de enseñanza.
- Promover la producción de ideas creativas.
- Permitirle que aprenda a su ritmo.
- Proveer mayor tiempo para completar las tareas, cuando lo requiera.
- Cuidar la alineación entre su educación y sus necesidades académicas y socioemocionales.