

PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA.

1GS Dirección de cocina

Guillermo Rodríguez Díaz

Siguiendo lo dispuesto en el ACUERDO de 12 de marzo de 2020, del Consejo de Gobierno, sobre medidas preventivas y recomendaciones relacionadas con la infección del SARS CoV-2 (COVID-19), (que se puede ver en <https://www.educastur.es/-/medidas-preventivas-y-recomendaciones-relacionadas-con-la-infeccion-covid-19> os envío unas actividades de refuerzo para ser realizadas durante las 18 horas de esta primera suspensión de las actividades lectivas presenciales.

Como veis llevan asociada una temporalización para su entrega y que puedan ser revisadas y corregidas. Las haréis preferiblemente con el ordenador y las enviareis a la dirección de correo guillermord@educastur.org

Para la semana del 16 al 20 de marzo de 2020.

Enviar a guillermord@educastur.org antes del 22 de marzo.

UNIDAD 2. PREELABORACIÓN DE VEGETALES, HONGOS Y LEGUMBRES.

- Lectura de los temas del libro texto relacionados con esta unidad didáctica y con ayuda del mismo y el apoyo de internet responder al siguiente cuestionario.

1. Cita tres ventajas de una dieta rica en hortalizas.
2. ¿Es cierto que las judías verdes y los guisantes verdes no se consideran legumbres?
3. Cita tres grupos de hortalizas cuya denominación se refiera a una parte de la planta.
4. Según el criterio de clasificación de hortalizas, ¿qué serían las coles y qué serían las cebollas?
5. Indica las ventajas e inconvenientes a la hora de utilizar hortalizas congeladas.
6. Cita tres factores que sean necesarios para conservar el valor nutritivo de las hortalizas.
7. Explica las diferencias entre pimiento verde, pimiento rojo y pimiento amarillo.
8. ¿Por qué crees que es tan importante el almacenamiento de las hortalizas?
9. Pon un ejemplo de hortaliza de fruto, de hortaliza de hoja y de hortaliza exótica.
10. ¿En qué influye un contenido en celulosa mayor o menor.

PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA.

1GS Dirección de cocina

Guillermo Rodríguez Díaz

- Completa la siguiente tabla con la ayuda del libro de texto e internet.

NOMBRE	ESTACIONALIDAD	APORTE VITAMÍNICO Y MINERAL	CUALIDADES ORGANOLÉPTICAS
ESPARRAGO			
COL CHINA			
LOMBARDA			
LENTEJAS			
CARDO			
REPOLLO			
CALABAZA			

PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA.

1GS Dirección de cocina

Guillermo Rodríguez Díaz

PEPINO			
APIO			
BERENJENA			
BRÓCOLI			
CALABACÍN			
GARBANZOS			
LECHUGA			
ALFALFA			

PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA.

1GS Dirección de cocina

Guillermo Rodríguez Díaz

HINOJO			
ACHICORIA			
COLIFLOR			
CEBOLLA			
ALCACHOFA			
BROTOS DE SOJA			
BERRO			
MAÍZ			

PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA.

1GS Dirección de cocina

Guillermo Rodríguez Díaz

PIMIENTO			
TOMATE			
CHALOTA			
RABANO			
PUERRO			
ZANAHORIA			
AJO			
PALMITO			

PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA.

1GS Dirección de cocina

Guillermo Rodríguez Díaz

REMOLACHA			
ACELGA			
JUDIAS VERDES			
GUISANTES			
BATATA			
NABO			
HABAS			
ESPINACAS			
ALUBIAS			

PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA.

1GS Dirección de cocina

Guillermo Rodríguez Díaz

Para la semana del 23 al 27 de marzo de 2020.

Enviar a guillermord@educastur.org antes del 29 de marzo.

UNIDAD 4. PREELABORACIÓN DE PESCADOS Y MARISCOS.

- Lectura de los temas del libro texto relacionados con esta unidad didáctica y con ayuda del libro de texto e internet responde al siguiente cuestionario.
 1. Cita cinco aspectos por los que se distingue el frescor del pescado.
 2. Además de ser alimentos, ¿con que fines se utilizan las algas?
 3. ¿Cómo se debe conservar el pescado, entero o fileteado? ¿Por qué?
 4. Nombra tres ejemplos de pescados ahumados que se puedan utilizar en un buffet frío.
Describe varias posibilidades de presentación.
 5. ¿Qué es el “malossol”?
 6. ¿Cuál es la manera habitual de preelaborar un pescado para asar?
 7. ¿En que cualidades nos debemos de fijar para elegir unos buenos langostinos?
 8. ¿Qué relación existe entre la procedencia y la calidad de las ostras?
 9. Describe la manera más sencilla de preparar un bogavante.
 10. ¿Cómo se deben manipular los cangrejos de río antes de su cocción?

- Elabora un informe sobre los pescados y mariscos del Cantábrico, mencionando sus características, estacionalidad y foto.