

CENTRO DE
EXPERIMENTACIÓN
ESCOLAR DE
PEDERNALES



C
O
O
C
I
N
A

SESZ/CEEP

El equipo pedagógico del Centro de Experimentación Escolar de Pedernales (CEEP) ha preparado este dossier, tanto para el profesorado que vaya a desarrollar este taller a lo largo de la estancia como para todas aquellas personas que puedan tener interés al respecto.

El alumnado de los diferentes centros participantes, junto con el profesorado correspondiente, además de desarrollar los proyectos de educación ambiental, realizan a lo largo de la semana una serie de talleres. Cada taller está organizado en tres sesiones de dos horas, de forma que se pueda llevar a cabo con tranquilidad.

La perspectiva constructivista y la evaluación son las bases del trabajo del equipo pedagógico del CEEP, y en ello adquieren gran importancia, entre otras cosas, el trabajo en grupo, el aprendizaje entre iguales, el tratamiento de la diversidad y una actitud cercana del profesorado respecto al alumnado.

En ese sentido, con el desarrollo del taller, el profesorado tiene la oportunidad de enriquecer su intervención pedagógica. Por una parte, en los talleres se mezcla a alumnos y alumnas de diferentes centros, reuniendo así realidades y culturas diferentes, lo cual permite profundizar en el tratamiento de la diversidad. Y por otra, trabajan en grupo realizando un trabajo manual, lo cual constituye una excelente oportunidad para promover el aprendizaje entre iguales y el aprendizaje significativo.

Índice

1- INTRODUCCIÓN.....	3
2- OBJETIVOS.....	4
3- PLANIFICACIÓN.....	5
3.1- PLANIFICACIÓN POR SESIONES.....	6
3.1.1 PLANIFICACIÓN “A” (EP).....	6
• 1ª SESIÓN.....	6
• 2ª SESIÓN.....	11
• 3ª SESIÓN.....	14
3.1.2 PLANIFICACIÓN “B” (ESO).....	18
• 1ª SESIÓN	18
• 2ª SESIÓN	24
• 3ª SESIÓN.....	27
4- ANEXOS.....	31
• ANEXO I: “Hoja de intenciones”	31
• ANEXO II: “Hoja de encargad@s”	32
• ANEXO III: “Patata de tortilla”	33
• ANEXO IV: “Tortilla de patata txapeldun”	34
• ANEXO V: “Pizza”	35
• ANEXO VI: “Rosquillas”	36
• ANEXO VII: “Tartaletas y galletas”	37

1 ~ INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia, la cocina ha sido una actividad básica del ser humano. De hecho, hemos de comer todos los días y, además de satisfacer una necesidad, el hecho de comer nos produce un cierto placer. La cocina que todos los pueblos del mundo han desarrollado en una u otra medida ha ocupado un lugar propio en cada cultura, y en el caso del País Vasco es de gran importancia.

En estos últimos años la cocina está perdiendo el lugar que ocupaba en nuestras casas, debido a los cambios que han sufrido nuestras costumbres: solemos comer en la escuela o en comedores de empresa, vamos con prisa y comemos alimentos precocinados...

Por consiguiente, le dedicamos menos tiempo al hecho de preparar nuestros alimentos, y consumimos cada vez más alimentos que han pasado por procesos industriales, y que requieren menos preparación en casa. Dichos productos contienen una serie de aditivos para su conservación y para mejorar su aspecto, etc., y pueden generar problemas de salud. Además, con el empleo de ese tipo de productos también aumenta el número de envases que se acumula en la cocina y se agrava el problema que los residuos generan en el medio ambiente.

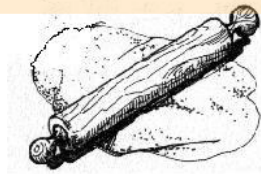


Una familia cocinando en casa

2~ OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES

- Tomar parte de forma activa en las actividades de grupo, asumiendo con responsabilidad las tareas que a cada cual le correspondan, valorando las aportaciones (tanto las propias como las de los demás) y generando relaciones equilibradas y constructivas con los otros miembros del grupo, de cara a construir una convivencia basada en el trabajo cooperativo, el respeto y la solidaridad.
- Desarrollar la confianza en las propias elaboraciones artísticas, disfrutando con el propio trabajo y valorando lo que ello aporta tanto al desarrollo personal como al del grupo, de cara a afianzar la propia autoestima y a mejorar la capacidad de expresión de ideas y sentimientos.
- Conocer y valorar otros patrimonios culturales y artísticos, personalizando los recursos expresivos de manera estética y creativa, de cara a comprender y valorar el arte y la cultura como expresión de ideas, sentimientos y experiencias, y a participar en la conservación y renovación del patrimonio.



OBJETIVOS DEL TALLER DE COCINA

- Aprender las prácticas básicas de obligado cumplimiento a la hora de preparar la comida, en lo referente a la salud, limpieza y organización, evitando riesgos y promoviendo actitudes responsables, con objeto de adoptar hábitos de vida saludables.
- Adoptar responsabilidades y tareas a la hora de preparar los alimentos, empleando una serie de recursos y técnicas de cocina a partir de una receta, con vistas a desarrollar la autonomía personal.
- Percatarse de la importancia que tiene para la salud y el entorno el hecho de cocinar en casa, preparando recetas partiendo de las materias primas, de cara a mantener hábitos saludables y poder efectuar en adelante la selección de ingredientes con una actitud crítica.
- Emplear los medios necesarios en la elaboración de alimentos y gestionar los residuos de modo sostenible, utilizando todos los recursos con medida, reutilizando cuando haya oportunidad para ello y clasificando los residuos, de cara a adoptar y practicar actitudes a favor del medio ambiente.

3~ PLANIFICACIÓN

De cara a adecuar el taller a las distintas edades del alumnado, y teniendo en cuenta los niveles de dificultad en la elaboración de los productos, se proponen dos planificaciones. Una está pensada para el alumnado de Educación Primaria (EP) y la otra para la Educación Secundaria Obligatoria (ESO).

PLANIFICACIÓN "A" (EP)

1ª SESIÓN

- 1- Organización del aula
- 2- Presentación del grupo
- 3- Intenciones
- 4- Presentación del aula
- 5- Nombramiento de encargad@s
- 6- Elaboración de la tortilla de patata
- 7- Recogida del taller
- 8- Valoración y degustación

2ª SESIÓN

- 1- Organización del aula
- 2- Elaboración de la pizza
- 3- Recogida del taller
- 4- Valoración
- 5- Degustación

3ª SESIÓN

- 1- Organización del aula
- 2- Elaboración de las rosquillas
- 3- Preparación de las bolsas
- 4- Recogida del taller
- 5- Valoración del taller

PLANIFICACIÓN "B" (ESO)

1ª SESIÓN

- 1- Organización del aula
- 2- Presentación del grupo
- 3- Intenciones
- 4- Presentación del aula
- 5- Nombramiento de encargad@s
- 6- Elaboración de la tortilla de patata txapeldun
- 7- Recogida del taller
- 8- Degustación
- 9- Valoración

2ª SESIÓN

- 1- Organización del aula
- 2- Elaboración de la pizza
- 3- Recogida del taller
- 4- Degustación
- 5- Valoración

3ª SESIÓN

- 1- Organización del aula
- 2- Elaboración de las tartaletas y las galletas
- 3- Preparación de las bolsas
- 4- Recogida del taller
- 5- Valoración del taller

3.1 PLANIFICACIÓN POR SESIONES

PLANIFICACIÓN “A” (EP)

1ª SESIÓN

La intención es vivir momentos agradables, encontrándose entre gente amiga y realizando una actividad. Por ese motivo resultan de importancia los momentos iniciales de esta sesión, con vistas a crear desde el primer momento un buen ambiente y comenzar a establecer relaciones entre los participantes. Para llevar a cabo el taller, y teniendo en cuenta las intenciones de los miembros del grupo, será imprescindible hacer agrupamientos equilibrados y distribuir las tareas a asumir.

Para empezar a acercarnos al mundo de la cocina, en esta sesión se concederá especial importancia a los hábitos de salud, limpieza y organización necesaria en la preparación de alimentos. Empleando determinados recursos y técnicas, y con motivo de preparar en grupo una tortilla de patatas, se trabajan los pasos a seguir en una receta, repartiendo las tareas de cara a promover la responsabilidad en el trabajo y la autonomía personal.

La sesión se dividirá en varios momentos. La organización y desarrollo de la sesión es la siguiente:

	Momentos:	Material:
30 min	1. Organización del aula 2. Presentación del grupo 3. Intenciones 4. Presentación del aula 5. Nombramiento de los/as encargad@s	Hoja de intenciones Hoja de encargad@s
60 min	6. Elaboración de la tortilla de patata	3 patatas (por grupo) 5 huevos (por grupo) Aceite Sal
15 min	7. Recogida del taller	
15 min	8. Valoración y degustación	

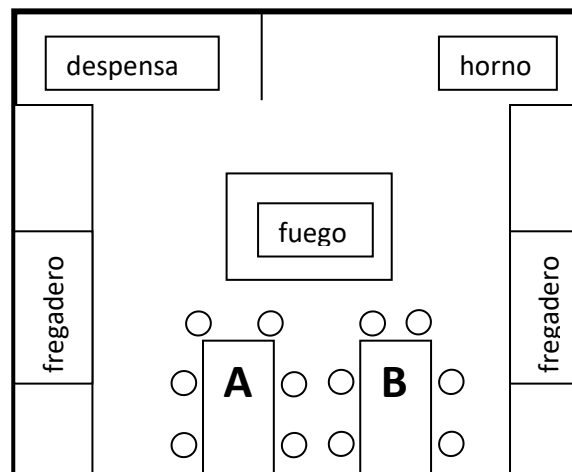
A TENER EN CUENTA

- Recordad **COGER LAS LLAVES** del taller.

1.- ORGANIZACIÓN DEL AULA

Es importante que el aula esté organizada antes de comenzar el taller, de forma que cuando los alumnos/as lleguen vayan ocupando su sitio y se sitúen en el local.

Para promover el trabajo en grupo, la cooperación y las nuevas relaciones, se harán dos grupos (A y B) mezclando el alumnado de los diferentes centros. Cada grupo utilizará su mesa, los utensilios y el fregadero correspondiente. (ver dibujo)



2.- PRESENTACIÓN DEL GRUPO

El alumnado que se va a reunir en el grupo procede de diferentes centros, y aún no se conocen. Dado que van a compartir los momentos del taller y van trabajar juntos, se hará la presentación del alumnado y del profesor / profesora para ir conociéndose (quién es, de qué colegio viene, en qué proyecto está...).

Por otra parte, con vistas a detectar el nivel de motivación del alumnado, se les preguntará si cada cual ha escogido el taller o si les gusta. Ello será de ayuda para la previsión sobre el ambiente que se puede generar en el taller.

3.- INTENCIONES

De cara a adecuar la intervención del profesorado, será de ayuda conocer los deseos, intereses, objetivos... que traen consigo los/as alumnos/as. Para recogerlos se utilizará como *soporte* la "Hoja de intenciones" (Anexo I).

El profesor/profesora y el alumnado determinarán de mutuo acuerdo las intenciones para este taller. Para ello se pueden utilizar este tipo de preguntas: ¿Qué intenciones tenéis para este taller? ¿Cuáles son vuestros deseos para este taller? ¿Qué esperáis hacer en este taller?...

Con el uso de esta herramienta de intenciones saldrán a la luz una serie de esperanzas y deseos del alumnado, y de cara a garantizar los objetivos del taller es interesante asegurar las siguientes intenciones: hacer amistades, pasarlo bien, aprender cosas del taller...

La "Hoja de intenciones" será la herramienta para regular el proceso del taller y llevar a cabo la valoración final.



4.- PRESENTACIÓN DEL AULA

Se llevará a cabo la presentación de todos los recursos que se emplearán, con vistas a que el alumnado se maneje en el taller de forma autónoma. Se les mostrará dónde pueden encontrar los utensilios, ingredientes, fuegos, fregaderos, detergentes... y se les explicará la necesidad de mantenerlos ordenados, para que el taller se desarrolle adecuadamente.

5.- NOMBRAMIENTO DE ENCARGAD@S



Con vistas a llevar el taller de manera organizada, agradable y ordenada, se nombrarán las correspondientes personas encargadas. A tal fin, se empleará la “Ficha de encargad@s” como soporte (Anexo II).

Se nombrarán para cada sesión a dos o tres encargad@s por mesa, de modo que al cabo del taller todos/as hayan tenido una responsabilidad. El encargado o encargada deberá sacar a su mesa todos los utensilios e ingredientes que ese día deban emplearse, y se encargará igualmente de fregar, secar, guardar y limpiar la mesa.

6.- ELABORACIÓN DE LA TORTILLA DE PATATA

Antes de empezar a trabajar, cada alumna/o se pondrá su delantal y se les explicará la importancia de la limpieza y la higiene, y a continuación todos/as se limpiarán las manos. Por otra parte, se promoverá una adecuada gestión de los residuos, de cara a la adopción de actitudes a favor del medio ambiente.

Se repartirá a cada grupo la receta de la tortilla de patata y se procederá a leerla mientras están sentados/as. Con ello sabrán lo que tienen que hacer y se realizará el reparto de tareas.

INGREDIENTES

(por grupo)

- 3 patatas
- 5 huevos
- Aceite
- Sal

UTENSILIOS

(por grupo)

- Freidora
- Cuchillo
- Agua
- Trapo
- Tabla
- Recipiente hondo
- Plato
- Tenedor
- Sartén

PROCEDIMIENTO:

- 1.- Pelar y lavar las patatas. Secarlas con un trapo.
- 2.- Cortar las patatas en daditos sobre la tabla y reservarlas en un plato.
- 3.- Batir los huevos en un recipiente hondo.
- 4.- Freír las patatas en la freidora (10 minutos aproximadamente).
- 5.- Mezclar las patatas fritas con el huevo batido y añadirle la sal (dejar que la mezcla repose un poco).
- 6.- Calentar un poco de aceite en la sartén.
- 7.- Cuando el aceite esté caliente, echar la mezcla de huevo y patata.
- 8.- Cuando esté hecha por un lado darle la vuelta con cuidado, echarla de nuevo a la sartén
- 9.- Dejar que se haga por el otro lado y finalmente sacarla al plato.

A TENER EN CUENTA

- Cada alumno/a pelará y troceará media patata.
- Encender la freidora cuando se empieza a pelar las patatas (150°C)
- Echar sal a la mezcla de las patatas con el huevo batido.
- Las patatas se fríen en dos tandas, tardan 10 minutos.
- Será el profesor o la profesora la encargada de darle la vuelta a las tortillas.

7.- RECOGIDA DEL TALLER

Será tarea de los/as encargados/as de mesa nombrados al principio de la sesión la recogida del taller; lavar y secar los utensilios empleados, guardarlo todo ordenado y en su sitio.

Para promover la gestión adecuada de los residuos y para que el alumnado adopte actitudes a favor del medio ambiente, se clasificarán los residuos creados en la sesión y se llevarán a los contenedores correspondientes.

ORGÁNICOS: huevo, patata...	Llevar a la compostera (detrás del taller de cocina)
PAPEL Y CARTÓN	Llevar al contenedor azul
OTROS ENVASES: Plástico, lata...	Llevar al contenedor amarillo

8.- VALORACIÓN Y DEGUSTACIÓN

Al finalizar cada sesión se procederá a valorar el taller. Es importante conceder a este momento el tiempo suficiente.

Los/as alumnos/as se sentarán alrededor de la mesa y mientras disfrutan de la degustación de la tortilla preparada por ellos/as mismos/as, realizarán la valoración de la sesión.

Dicha valoración será de utilidad para comprobar si se van cumpliendo sus expectativas, si se va cumpliendo lo acordado, si les ha resultado fácil o difícil, si les ha gustado... y poder así mejorar nuestra intervención pedagógica cara a las próximas sesiones.

2ª SESIÓN

Para prevenir posibles riesgos, se recordarán los hábitos de salud, limpieza y organización necesarios en la preparación de alimentos. Por otra parte, se promoverá una adecuada gestión de los residuos, de cara a la adopción de actitudes a favor del medio ambiente.

Para percatarse de la importancia que posee la cocina casera, se hará una pizza siguiendo una receta y con ingredientes naturales. También se repartirán las tareas de forma cooperativa, y se insistirá en que asuman la responsabilidad del trabajo y en promover la autonomía.

La organización y desarrollo de la sesión es la siguiente:

	Momentos:	Material:
10 min	1. Organización del aula	
70 min	2. Elaboración de la pizza	<ul style="list-style-type: none"> • 250 gr. de harina • Un sobre de levadura • Sal • 125 ml. de agua tibia • Aceite • ½ cebolla blanca • 500 gr. de tomate natural de lata • 1 cucharilla de azúcar • 1 lata de atún • 100 gr. de queso rallado • ½ aceitunas • 1 lata de pimientos rojos
20 min	3. Recogida del taller	
20 min	4. Valoración y degustación	

1.- ORGANIZACIÓN DEL AULA

Se mantendrán los mismos grupos de la sesión anterior y se recordará quiénes serán las personas encargadas del día, a continuación, se pondrán los delantales, se limpiarán las manos y se repartirá a cada grupo la receta de la pizza.

2.- ELABORACIÓN DE LA PIZZA

En esta sesión se hará una pizza, por lo tanto, se leerá la receta sentados/as alrededor de la mesa y se hará el reparto de tareas.

INGREDIENTES (por grupo)

Para la masa:

- 250 gr. de harina
- Un sobre de levadura
- Sal: una cucharadita
- 125ml. de agua tibia
- 2 cucharadas de aceite

Para cubrirla:

- ½ cebolla
- 500gr. de tomate natural (lata)
- Sal
- Azúcar: una cucharadita
- 4 cucharadas de aceite
- Lata de bonito
- 100gr. de queso rallado
- ½ paquete de aceitunas
- Pimientos rojos (lata)
- Orégano

UTENSILIOS

(por grupo)

- Horno
- Olla
- Cuchillo
- Un plato
- Tabla
- Sartén con su tapa
- Tenedor
- Molde de pizza
- Pasapuré

PROCEDIMIENTO:

Encender el horno a 200°C

Para hacer la salsa de tomate...

1. Poner en un cazo 4 cucharadas de aceite, la cebolla troceada, un poco de sal y ponerlo a calentar.
- 2.- Cuando la cebolla esté blanda y dorada añadirle el tomate.
- 3.- Cubrir la sartén para que no salpique.
- 4.- Cuando esté listo pasarlo por el pasa-puré.

Para la masa...

- 5.- En un bol grande mezclar la harina, la levadura y la sal con la cuchara de madera.
- 6.- Sin dejar de remover añadir el agua tibia y el aceite hasta conseguir la masa (hay que comprobar que la masa no se pegue en las manos).
- 7.- Espolvorear la mesa con un poco de harina y seguir amasando con las manos.
- 8.- Untar con aceite el molde de la pizza y extender la masa en el molde.
- 9.- Limpiar la mesa.

Cómo cubrir...

- 10.- Trocearemos el bonito y los pimientos en un plato (desechar el aceite de la lata de bonito en el bote de cristal, al lado de la freidora).
- 11.- Extender una gruesa capa de tomate sobre la masa.
- 12.- Colocar el bonito, pimientos y aceitunas y espolvorear el orégano (opcional).
- 13.- Cubrir la pizza con el queso rallado
- 14.- Meter la pizza al horno, a 200°C durante 10 minutos. Después, cambiar las pizzas de posición, la de arriba abajo y viceversa. En total 25 minutos aproximadamente, o hasta que hecha totalmente.

A TENER EN CUENTA:

- Antes de empezar con la labor encender el horno a 200°C.
- Tener en cuenta que la salsa de tomate y la masa de la pizza se prepararán al mismo tiempo.
- La salsa de tomate se hará en la cazuela, nunca en la sartén.
- Mientras la pizza está en el horno, los/as alumnos/as harán la limpieza, clasificarán los residuos y adornarán las recetas.

3.- RECOGIDA DEL TALLER

Será tarea de los/as encargados/as de mesa nombrados al principio de la sesión recoger el taller, lavar los utensilios empleados, guardarlo todo en su sitio, y dejarlo todo ordenado.

Para promover la gestión adecuada de los residuos y para que los/as alumnos/as adopten actitudes a favor del medio ambiente, se clasificarán los residuos creados en la sesión y se llevarán a los contenedores correspondientes.

ORGÁNICOS: huevo, harina...	Llevar a la compostera (detrás del taller de cocina)
PAPEL Y CARTÓN	Llevar al contenedor azul
ACEITE DE LA LATA DE BONITO	Desechar en el bote de cristal al lado de la freidora
OTROS ENVASES: Plástico, lata...	Llevar al contenedor amarillo

4.- VALORACIÓN Y DEGUSTACIÓN

Al finalizar cada sesión se procederá a valorar el taller. Es importante conceder a este momento el tiempo suficiente.

Los/as alumnos/as se sentarán alrededor de la mesa y mientras disfrutan de la degustación de la pizza preparada por ellos/as mismos/as, realizarán la valoración de la sesión.

Dicha valoración será de utilidad para comprobar si se van cumpliendo sus expectativas, si se va cumpliendo lo acordado, si les ha resultado fácil o difícil, si les ha gustado... y poder así mejorar la intervención pedagógica en las próximas sesiones.



3ª SESIÓN

En esta tercera sesión se subrayará la importancia de preparar la comida en casa, con vistas a adoptar en lo sucesivo actitudes saludables y responsables, no sólo en el taller sino también en casa, y puedan poner en práctica de forma autónoma tanto las recetas del taller como cualquier otra que se les presente.

	Momentos:	Material:
10 min	1. Organización del aula	
60 min	2. Elaboración de rosquillas	2 huevos 4 cucharadas de aceite 150 gr. de azúcar 350 gr. de harina Una cucharadita de levadura Azúcar glass
15 min	3. Recogida del taller	
15 min	4. Preparación de las bolsas	
20 min	5. Valoración del taller	

1.- ORGANIZACIÓN DEL AULA

Los/as alumnos/as se organizarán en los mismos grupos de la sesión anterior y después de ver quiénes son las/os encargadas/os del día, se vestirán los delantales, se limpiarán las manos y empezarán a trabajar siguiendo la receta de las rosquillas.

2.- ELABORACIÓN DE ROSQUILLAS

En esta sesión se harán las rosquillas, por lo tanto, sentados/as alrededor de la mesa se leerá la receta tranquilamente y se hará el reparto de tareas.

INGREDIENTES (por grupo)

- 2 huevos
- 4 cucharadas de aceite
- 150 gr. de azúcar
- 350 gr. de harina
- Una cucharadita de levadura
- Azúcar glass

UTENSILIOS (por grupo)

- Freidora
- Tenedor
- 1 recipiente hondo
- 1 cuchara
- 1 cucharilla

PROCEDIMIENTO:

1. Batir bien los huevos en un recipiente hondo.
2. Añadir el azúcar y el aceite. Seguir batiendo hasta que aparezca espuma.
3. Medir la harina, añadirle la levadura (cuidado, no echar más de una cucharadita de café porque la masa se deshace) y mezclar. A continuación, ir añadiendo poco a poco esta mezcla a la anterior.
4. Remover con una cuchara y añadir un poco más de harina si la masa se pegara.

Encender la freidora a 150°C

5. Echar la mezcla sobre la mesa y continuar amasando con las manos hasta conseguir una buena masa, añadir un poco más de harina si se necesita.
6. Dar forma a las rosquillas (pequeñas, gruesas y 3 o 4 por alumno/a) y colocarlas bien extendidas en una fuente previamente cubierta con papel.
7. Cuando esté el aceite caliente, freír las rosquillas sin apilarlas (3- 4 minutos es suficiente).
8. Al sacarlas de la freidora dejarlas sobre una bandeja forrada con papel y espolvorearlas con el azúcar glas.



A TENER EN CUENTA:

- Las rosquillas no tienen que ser muy grandes y hay que unir las bien para que no se abran en la freidora. Más o menos saldrán 40 rosquillas.
- Utilizar un tenedor para dar la vuelta a las rosquillas que están en la freidora.
- Mientras unos/as fríen las rosquillas, el resto del grupo se encargará de la limpieza, la recogida y la clasificación de los residuos. Finalmente decorarán la receta.
- Guardar las rosquillas (cuando se enfríen) en las bolsitas de plástico y finalmente en la bolsa grande junto con las recetas para luego llevarlas a casa.
- Coger los residuos que se han clasificado y echarlos en el lugar que les corresponde.
- Las bolsas de las rosquillas se meten en la caja y se llevan a la sala de profesores.
- Los delantales y los trapos se dejan metidos en el carro.

3.- RECOGIDA DEL TALLER

Será tarea de los/as encargados/as de mesa nombrados al principio de la sesión recoger el taller, lavar los utensilios empleados, guardarlo todo en su sitio, y dejarlo todo ordenado.

Para promover la gestión adecuada de los residuos y para que los/as alumnos/as adopten actitudes a favor del medio ambiente, se clasificarán los residuos creados en la sesión y se llevarán a los contenedores correspondientes.

ORGÁNICOS: huevo, harina...	Llevar a la Compostera (detrás del taller de cocina)
PAPEL Y CARTÓN	Llevar al contenedor azul
OTROS ENVASES: Plástico, lata...	Llevar al contenedor amarillo

4.- PREPARACIÓN DE LAS BOLSAS

Una vez que todo esté limpio y recogido, se repartirán las etiquetas al alumnado para que las decoren y las personalicen. Después, colocarán la etiqueta en una bolsa de papel (las bolsas se encuentran en un tirador y los lápices, gomas de borrar, pinturas, rotuladores... en la caja correspondiente a cada grupo).

Una vez que las rosquillas se hayan enfriado, se guardarán en una bolsa de plástico y ésta a su vez en la bolsa de papel que han decorado previamente.

Se guardarán en la caja destinada para ello. Al final de la sesión se llevará dicha caja a la sala del profesorado de forma que queden listas para llevarlas a casa el último día.

5.- VALORACIÓN DEL TALLER

Tras finalizar el taller se procederá a valorar las 3 sesiones. Es importante conceder a este momento el tiempo suficiente. La valoración será de utilidad para comprobar si se han cumplido sus expectativas, si se ha llevado adelante lo acordado, si les ha resultado difícil, si les ha gustado... de cara a introducir las adecuaciones necesarias y poder así mejorar la intervención pedagógica.



PLANIFICACIÓN “B” (ESO)

1ª SESIÓN

La intención es vivir momentos agradables, encontrándose entre gente amiga y realizando una actividad. Por ese motivo resultan importantes los momentos iniciales de esta sesión, con vistas a crear desde el primer momento un buen ambiente y comenzar a establecer relaciones entre los/as participantes. Para llevar a cabo el taller, y teniendo en cuenta las intenciones de los miembros del grupo, será imprescindible hacer agrupamientos equilibrados y distribuir las tareas a asumir.

Para empezar a acercarse al mundo de la cocina, en esta sesión se concederá especial importancia a los hábitos de salud, limpieza y organización necesaria en la preparación de alimentos. Empleando determinados recursos y técnicas, y con motivo de preparar en grupo una tortilla de patatas, se trabajan los pasos a seguir en una receta, repartiendo las tareas de cara a promover la responsabilidad en el trabajo y la autonomía personal.

La sesión se dividirá en varios momentos. La organización y desarrollo de la sesión es la siguiente:

	Momentos:	Material:
30 min	1. Organización del aula 2. Presentación del grupo 3. Intenciones 4. Presentación del aula 5. Nombramiento de los/as encargados/as	Hoja de intenciones Hoja de encargad@s
60 min	6. Elaboración de la tortilla de patata txapeldun	3 patatas 8 huevos Aceite Sal Lata de bonito Lata pequeña de pimientos 2 dientes de ajo
15 min	7. Recogida del taller	
15 min	8. Valoración y degustación	

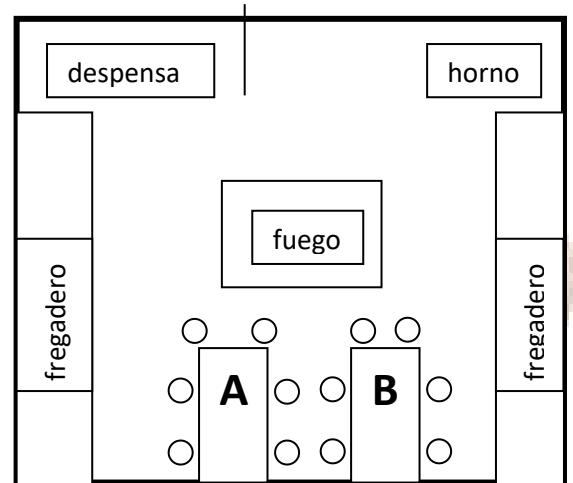
A TENER EN CUENTA

➤ ¡Recordad COGER LAS LLAVES!!

1.- ORGANIZACIÓN DEL AULA

Es importante que el aula esté organizada antes de comenzar el taller, de forma que cuando los alumnos/as lleguen vayan ocupando su sitio y se sitúen en la estructura del local.

Con vistas a promover el trabajo en grupo, la cooperación y las nuevas relaciones entre el alumnado de diferentes centros, se mezclarán y se harán dos grupos (A y B). Cada grupo utilizará su mesa, los utensilios y el fregadero correspondiente.

**2.- PRESENTACIÓN DEL GRUPO**

El alumnado que se va a reunir en el grupo procede de diferentes centros, y aún no se conocen. Dado que van a compartir los momentos del taller y a trabajar en común, se hará la presentación del alumnado y del profesor / profesora para irse conociendo (quién es, de qué colegio viene, en qué proyecto está...).

Por otra parte, con vistas a detectar el nivel de motivación del alumnado, se les preguntará si cada cual ha escogido el taller o si les gusta. Ello será de ayuda para la previsión sobre el ambiente que se puede generar en el taller.

3.- INTENCIONES

De cara a adecuar la intervención del profesorado, será de ayuda conocer los deseos, intereses, objetivos... que traen consigo los/as alumnos/as. Para recogerlos se utilizará como *soporte* la "Hoja de intenciones" (Anexo I).

El profesor/profesora y el alumnado determinarán de mutuo acuerdo las intenciones para este taller. Para ello se pueden utilizar este tipo de preguntas: ¿Qué intenciones tenéis para este taller? ¿Cuáles son vuestros deseos para este taller? ¿Qué esperáis hacer en este taller?...



Con el uso de esta herramienta de intenciones saldrán a la luz una serie de esperanzas y deseos del alumnado, y de cara a garantizar los objetivos del taller es interesante asegurar las siguientes intenciones: hacer amistades, pasarlo bien, aprender cosas del taller...

La "Hoja de intenciones" será la herramienta para regular el proceso del taller y llevar a cabo la valoración final.

4.- PRESENTACIÓN DEL AULA

Se llevará a cabo la presentación de todos los recursos que se emplearán, con vistas a que el alumnado se maneje en el taller de forma autónoma. Se les mostrará dónde pueden encontrar los utensilios, ingredientes, fuegos, fregaderos, detergentes..., y se les explicará la necesidad de mantenerlos ordenados, para que todo vaya bien en el taller.

5.- NOMBRAMIENTO DE ENCARGAD@S



Con vistas a llevar el taller de manera organizada, agradable y ordenada, se nombrarán los/as correspondientes encargados/as. A tal fin, se empleará la "Hoja de encargad@s" como soporte (Anexo II).

Se nombrarán para cada sesión a dos o tres encargados/as por mesa, de modo que al cabo del taller todos/as hayan tenido una responsabilidad. El encargado o encargada deberá sacar a su mesa todos los utensilios e ingredientes que ese día deban emplearse, y se encargará igualmente de fregar, secar, guardar y limpiar la mesa.

6.- ELABORACIÓN DE LA TORTILLA TXAPELDUN

Antes de empezar a trabajar, cada alumno/a se pondrá su delantal y se les explicará la importancia de la limpieza y la higiene, y a continuación todos/as se limpiarán las manos.

A continuación, se repartirá a cada grupo la receta de la tortilla de patata txapeldun y se procederá a leerla tranquilamente mientras están sentados/as. Con ello sabrán lo que tienen que hacer y se repartirán los trabajos.

INGREDIENTES PARA HACER LA TORTILLA (por grupo)

- 3 patatas
- 5 huevos
- Aceite
- Sal

INGREDIENTES PARA HACER LA TXAPELA (por grupo)

- 3 huevos
- Lata de atún
- Lata pequeña de pimientos
- 2 dientes de ajos

UTENSILIOS (por grupo)

- Freidora
- Cuchillo
- Agua
- Trapo
- Tabla
- Recipiente hondo
- Plato
- Tenedor
- Sartén
- Cazo

PROCEDIMIENTO:

Encender la freidora a 150°C

Para hacer la tortilla de patata...

- 1.- Pelar y lavar las patatas. Secarlas con un trapo.
- 2.- Cortar las patatas en daditos sobre una tabla y reservarlas en un plato.
- 3.- Batir los huevos en un recipiente hondo.
- 4.- Freír las patatas en la freidora (10 minutos aproximadamente).
- 5.- Mezclar las patatas fritas con el huevo batido y añadirle la sal (dejar que la mezcla repose un poco).
- 6.- Calentar un poco de aceite en la sartén.
- 7.- Echar la mezcla de huevo y patata.
- 8.- Cuando esté hecha por un lado darle la vuelta con cuidado, echarla de nuevo a la sartén y dejarla que se haga por el otro lado.

Para preparar la txapela...

- 9.- Pelar los dos dientes de ajo y partarlos por la mitad.
- 10.- Abrir la lata de pimientos, retirar el jugo y partarlos en tiras sobre un plato.
- 11.- Poner dos cucharadas de aceite en un cazo y freír los ajos dorándolos un poco.
- 12.- Añadir los pimientos y dejarlos a fuego bajo durante 10 minutos.
- 13.- Abrir la lata de bonito, retirar el aceite y desmenuzarlo en un plato.
- 14.- Batir tres huevos en un plato hondo y añadir una pizca de sal.
- 15.- Mezclar el bonito con el huevo batido.
- 16.- Hacer la tortilla.

Para la presentación...

- 17.- Colocar con mucho cuidado la tortilla de bonito sobre la tortilla de patata.
- 18.- Adornarla con las tiras de pimiento.

A TENER EN CUENTA

- Cada alumno/a pelará y troceará media patata.
- Encender la freidora cuando empiezan a pelar las patatas (150°C).
- Las patatas se fríen en dos tandas, en 10 minutos más o menos.
- Será el profesor o la profesora la encargada de dar la vuelta a las tortillas.

7.- RECOGIDA DEL TALLER

Será tarea de los/as encargados/as de mesa nombrados al principio de la sesión recoger el taller, lavar los utensilios empleados, guardarlo todo en su sitio, y dejarlo todo ordenado.

Para promover la gestión adecuada de los residuos y para que los/as alumnos/as adopten actitudes a favor del medio ambiente, se clasificarán los residuos creados en la sesión y se llevarán a los contenedores correspondientes.

ORGÁNICOS: huevo, patata...	Llevar a la compostera (detrás del taller de cocina)
PAPEL Y CARTÓN	Llevar al contenedor azul
OTROS ENVASES: Plástico, lata...	Llevar al contenedor amarillo

8.- VALORACIÓN Y DEGUSTACIÓN

Al finalizar cada sesión se procederá a valorar el taller. Es importante conceder a este momento el tiempo suficiente.

Los/as alumnos/as se sentarán alrededor de la mesa y mientras disfrutan de la degustación de la tortilla preparada por ellos/as mismos/as, realizarán la valoración de la sesión.

Dicha valoración será de utilidad para comprobar si se van cumpliendo sus expectativas, si se va cumpliendo lo acordado, si les ha resultado fácil o difícil, si les ha gustado... y poder así mejorar la intervención pedagógica en las próximas sesiones.

2ª SESIÓN

Para prevenir posibles riesgos, se recordarán los hábitos de salud, limpieza y organización necesarios en la preparación de alimentos. Por otra parte, se promoverá una adecuada gestión de los residuos, de cara a la adopción de actitudes a favor del medio ambiente.

Para percatarse de la importancia que posee la cocina casera, se hará una pizza siguiendo una receta y con ingredientes naturales. También se repartirán las tareas de forma cooperativa, y se insistirá en que asuman la responsabilidad del trabajo y en promover la autonomía.

La organización y desarrollo de la sesión es la siguiente:

	Momentos:	Material:
10 min	1. Organización del aula	
70 min	2. Elaboración de la pizza	250 gr. de harina Un sobre de levadura Sal 125 ml. de agua tibia Aceite ½ cebolla blanca 500gr. de tomate natural de lata 1 cucharilla de azúcar Lata de bonito Lata de pimientos 100 gr. de queso rallado ½ sobre de aceitunas
20 min	3. Recogida del taller	
20 min	4. Valoración y degustación	

1.- ORGANIZACIÓN DEL AULA

Se organizarán en los mismos grupos de la sesión anterior y después de ver quiénes son los/as encargados/as del día, se pondrán los delantales, se limpiarán las manos y se repartirá a cada grupo la receta de la pizza.

2.- ELABORACIÓN DE LA PIZZA

En esta sesión se hará una pizza, por lo tanto, sentados/as alrededor de la mesa se leerá la receta tranquilamente y se hará el reparto de tareas.

INGREDIENTES

(por grupo)

Para la masa:

- 250 gr. de harina
- Un sobre de levadura
- Sal
- 125ml.de agua tibia
- 2 cucharadas de aceite

Para cubrirla:

- ½ cebolla
- 500gr. de tomate natural de lata
- Sal
- Azúcar
- 4 cucharadas de aceite
- Lata de bonito
- 100gr. de queso rallado
- ½ paquete de aceitunas
- Orégano

UTENSILIOS

(por grupo)

- Horno
- Olla
- Sartén y tapa
- Cuchillo
- Un plato
- Tabla
- Tenedor
- Molde pizza
- Pasapuré

PROCEDIMIENTO:

Encender el horno a 200°C

Para hacer la salsa de tomate...

1. En un cazo poner 4 cucharadas de aceite, la cebolla troceada, un poco de sal y ponerlo a calentar.
- 2.- Cuando la cebolla esté blanda y dorada añadirle el tomate.
- 3.- Remover, bajar la temperatura y tapar la sartén para que no salpique y añadirle el azúcar.
- 4.- Cuando esté listo pasarlo por el pasa-puré.

Para la masa...

- 5.- En un bol grande mezclar la harina, la levadura y la sal con la cuchara de madera.
- 6.- Sin dejar de remover añadir el agua tibia y el aceite hasta conseguir la masa (hay que comprobar que la masa no se pega en las manos).
- 7.- Espolvorear la mesa con un poco de harina y seguir amasando con las manos.
- 8.- Untar con aceite el molde de la pizza y extender la masa en el molde.
- 9.- Limpiar la mesa .

Cómo cubrir...

- 10.- Trocear el bonito y los pimientos en un plato (desechar el aceite de la lata de bonito en el bote de cristal, al lado de la freidora).
- 11.- Extender una gruesa capa de tomate sobre la masa.
- 12.- Cubrir el tomate con el queso rallado.
- 13.- Colocar el bonito, los pimientos y las aceitunas y espolvorearlo con el orégano.
- 14.-Meter la pizza al horno, a 200°C durante 10 minutos. Después, cambiar las pizzas de posición, la de arriba abajo y viceversa. En total 25 minutos aproximadamente, o hasta que hecha totalmente.

A TENER EN CUENTA:

- Antes de empezar con la labor encender el horno a 200°C.
- Tener en cuenta que la salsa de tomate y la masa de la pizza se prepararán al mismo tiempo.
- La salsa de tomate se hará en la cazuela, nunca en la sartén.
- Mientras la pizza está en el horno, los/as alumnos/as harán la limpieza, clasificarán los residuos y adornarán las recetas.

3.- RECOGIDA DEL TALLER

Será tarea de los/as encargados/as de mesa nombrados al principio de la sesión recoger el taller, guardarlo todo en su sitio, lavar los utensilios empleados y dejarlo todo ordenado.

Para promover la gestión adecuada de los residuos y para que los/as alumnos/as adopten actitudes a favor del medio ambiente, se clasificarán los residuos creados en la sesión y se llevarán a los contenedores correspondientes.

ORGÁNICOS: huevo, harina...	Llevar a la Compostera (detrás del taller de cocina)
PAPEL Y CARTÓN	Llevar al contenedor azul
ACEITE DE LA LATA DE BONITO	Desechar en el bote de cristal al lado de la freidora
OTROS ENVASES: Plástico, lata...	Llevar al contenedor amarillo

4.- VALORACIÓN Y DEGUSTACIÓN

Al finalizar cada sesión se procederá a valorar el taller. Es importante conceder a este momento el tiempo suficiente.

Los/as alumnos/as se sentarán alrededor de la mesa y mientras disfrutan de la degustación de la pizza preparada por ellos/as mismos/as, realizarán la valoración de la sesión.

Dicha valoración será de utilidad para comprobar si se van cumpliendo sus expectativas, si se va cumpliendo lo acordado, si les ha resultado fácil o difícil, si les ha gustado... y poder así mejorar nuestra intervención pedagógica en las próximas sesiones.



3ª SESIÓN

En esta tercera sesión se subrayará la importancia de preparar la comida en casa, con vistas a adoptar en lo sucesivo actitudes saludables y responsables, no sólo en el taller sino también en casa, y puedan poner en práctica de forma autónoma tanto las recetas del taller como cualquier otra que se les presente.

	Momentos:	Material:
10 min	1. Organización del aula	
60 min	2. Elaboración de las tartaletas y galletas	325 gr. de harina 200 ml. de leche 125 gr. de margarina Una cucharilla de margarina 150 gr. de azúcar 2 huevos Una pizca de sal Canela en polvo
15 min	3. Recogida del taller	
15 min	4. Preparación de las bolsas	
20 min	5. Valoración del taller	

1.- ORGANIZACIÓN DEL AULA

Organizarse en los mismos grupos de la sesión anterior y después de ver quiénes son los/as encargados/as del día, se pondrán los delantales, se limpiarán las manos y se repartirá a cada grupo las recetas de las tartaletas y galletas.

2.- ELABORACIÓN DE LAS TARTALETAS Y GALLETAS

En esta sesión se elaborarán las tartaletas y con la masa que sobra se harán galletas. Sentados/as alrededor de la mesa se leerá la receta y se hará el reparto de tareas.

ELABORACIÓN DE LAS TARTALETAS

INGREDIENTES PARA HACER LA TARTELETA

(por grupo)

- 250 gr. de harina
- 125 gr. de margarina
- 75 gr. de azúcar
- 1 huevo
- Una pizca de sal

INGREDIENTES PARA EL RELLENO DE LA TARTELETA

(por grupo)

- 200 ml. de leche
- 75 gr. de harina
- 75 gr. de azúcar
- 1 huevo
- Una cucharilla de margarina
- Canela en polvo

UTENSILIOS

(por grupo)

- Horno
- Recipiente
- Tenedor
- Moldes de las tartaletas
- Plato
- Brocha
- Jarra
- Rodillo

PROCEDIMIENTO:

Encender el horno a 200°C

Para hacer la tartaleta...

- 1.- Echar la harina a un recipiente y hacer un agujero en el medio.
- 2.- En el agujero echar el huevo, el azúcar, la sal y la margarina.
- 3.- Mezclar los ingredientes recogiendo poco a poco toda la harina.
- 4.- Cuando no se pegue a las manos sacar la mezcla del recipiente y amasar sobre la mesa.
- 5.- Repartir la mitad de la masa entre los miembros del grupo y forrar los moldes por dentro con una capa fina. Reservar el resto de la masa para hacer galletas.
- 6.- Colocar los moldes en la bandeja del horno.

Para el relleno de la tartaleta...

- 7.- Derretir un trozo de margarina en el microondas, 10 segundos.
- 8.- Batir el huevo con el azúcar, añadir después la harina y mezclar. A continuación, añadir la margarina derretida, echar poco a poco la leche y seguir mezclando (si es necesario se puede utilizar la batidora).

Cuando estén preparadas las 2 masas...

- 8.- Rellenar las tartaletas con la jarra y meter las bandejas al horno.
- 9.- Pasados 15 minutos, bajar la temperatura a 175°C y esperar otros 15 minutos.

ELABORACIÓN DE LAS GALLETAS

Para hacer las galletas

- 1.- Espolvorear un poco de harina sobre la mesa, añadir un poco de canela a la masa que se ha reservado anteriormente y extender la masa con el rodillo hasta conseguir una lámina de unos 5 mm de grosor.
- 2.- Cortar las galletas con los moldes, untar con margarina la bandeja del horno y colocar las galletas.
- 3.- En un recipiente batir la yema de un huevo con una cucharada de azúcar y utilizar esta mezcla para pintar las galletas por encima con un pincel.
- 4.- Poner las galletas en las bandejas y meterlas en el horno. En 15–20 min estarán listas.

A TENER EN CUENTA:

- Encender el horno a 200º C.
- Para cubrir el molde de las tartaletas repartir una bola de masa de unos 3 cm de diámetro aproximadamente a cada alumno/a.
- Con la masa sobrante hacer las galletas.
- Mientras las tartaletas y las galletas están en el horno, los/as alumnos/as harán la limpieza, clasificarán los residuos y adornarán las recetas.
- Las bolsas de las tartaletas se meten en la caja y se llevan a la sala de profesores.
- Los delantales y los trapos se dejan metidos en el carro.

3.- RECOGIDA DEL TALLER

Será tarea de los/as encargados/as de mesa nombrados al principio de la sesión recoger el taller, lavar los utensilios empleados, guardarlo todo en su sitio, y dejarlo todo ordenado

Para promover la gestión adecuada de los residuos y para que los/as alumnos/as adopten actitudes a favor del medio ambiente, se clasificarán los residuos creados en la sesión y se llevarán a los contenedores correspondientes.

ORGÁNICOS: huevo, harina...	Llevar a la Compostera (detrás del taller de cocina)
PAPEL Y CARTÓN	Llevar al contenedor azul
OTROS ENVASES: Plástico, lata...	Llevar al contenedor amarillo

4.- PREPARACIÓN DE LAS BOLSAS

Una vez que todo esté limpio y recogido, se repartirán las etiquetas al alumnado para que las decoren y las personalicen. Después, colocarán la etiqueta en una bolsa de papel (las bolsas se encuentran en un tirador y los lápices, gomas de borrar, pinturas, rotuladores...en la caja correspondiente a cada grupo).

Una vez que las rosquillas se hayan enfriado, se guardarán en una bolsa de plástico y ésta a su vez en la bolsa de papel que han decorado previamente.

Se guardarán en la caja destinada para ello. Al final de la sesión se llevará dicha caja a la sala del profesorado de forma que queden listas para llevarlas a casa el último día.

5.- VALORACIÓN DEL TALLER

Tras finalizar las 3 sesiones del taller se procederá a valorar el mismo. Es importante conceder a este momento el tiempo suficiente. La valoración será de utilidad para comprobar si se han cumplido sus expectativas, si se ha llevado adelante lo acordado, si les ha resultado difícil, si les ha gustado... de cara a introducir las adecuaciones necesarias y poder así mejorar la intervención pedagógica.

INTENCIONES



.....



.....



.....



.....

ANEXO II

ENCARGAD@S

	1ª SESIÓN	2ª SESIÓN	3ª SESIÓN
A			
B			

TORTILLA DE PATATA

INGREDIENTES (POR GRUPO)

- 3 patatas
- 5 huevos
- Aceite
- Sal

UTENSILIOS (POR GRUPO)

- Freidora
- Cuchillo
- Agua
- Trapo
- Tabla
- Recipiente hondo
- Plato
- Tenedor
- Sartén



PROCEDIMIENTO:

1. Pelar y lavar las patatas. Secarlas con un trapo.
2. Cortar las patatas en daditos sobre una tabla y reservarlas en un plato.
3. Batir los huevos en un recipiente hondo.
4. Freír las patatas en la freidora (10 minutos aproximadamente).
5. Mezclar las patatas fritas con el huevo batido y añadirle la sal (dejar que la mezcla repose un poco).
6. Calentar un poco de aceite en la sartén.
7. Echar la mezcla de huevo y patata.
8. Cuando esté hecha por un lado darle la vuelta con cuidado, echarla de nuevo a la sartén y dejarla que se haga por el otro lado.

TORTILLA DE PATATA TXAPELDUN

INGREDIENTES PARA LA TORTILLA (POR GRUPO)

- 3 patatas
- 5 huevos
- Aceite
- Sal

UTENSILIOS (POR GRUPO)

- Freidora
- Cuchillo
- Agua
- Trapo
- Tabla
- Recipiente hondo
- Plato
- Tenedor
- Sartén
- Cazo

INGREDIENTES LA TXAPELA (POR GRUPO)

- 3 huevos
- Lata de atún
- Lata pequeña de pimientos
- 2 dientes de ajos



PROCEDIMIENTO:

Encender la freidora a 150°C

Para hacer la tortilla de patata...

- 1.- Pelar y lavar las patatas. Secarlas con un trapo.
- 2.- Cortar las patatas en daditos sobre una tabla y reservarlas en un plato.
- 3.- Batir los huevos en un recipiente hondo.
- 4.- Freír las patatas en la freidora (10 minutos aproximadamente).
- 5.- Mezclar las patatas fritas con el huevo batido y añadirle la sal (dejar que la mezcla repose un poco).
- 6.- Calentar un poco de aceite en la sartén.
- 7.- Echar la mezcla de huevo y patata.
- 8.- Cuando esté hecha por un lado darle la vuelta con cuidado, echarla de nuevo a la sartén y dejarla que se haga por el otro lado.

Para hacer la txapela...

1. Pelar los dos dientes de ajo y partarlos por la mitad.
2. Abrir la lata de pimientos, retirar el jugo y partarlos en tiras sobre un plato.
3. Poner dos cucharadas de aceite en un cazo y freír los ajos dorándolos solo un poco.
4. Añadir los pimientos y dejarlos a fuego bajo durante 10 minutos.
5. Abrir la lata de bonito, retirar el aceite y desmenuzarlo en un plato.
6. Batir tres huevos en un plato hondo y añadir una pizca de sal.
7. Mezclar el bonito con el huevo batido.
8. Hacer la tortilla.

Para la presentación...

9. Colocar con mucho cuidado la tortilla de bonito sobre la tortilla de patata.
10. Adornarla con las tiras de pimiento.

ANEXO V

PIZZA**INGREDIENTES (POR GRUPO)****PARA LA MASA:**

- 250 gr. de harina
- Un sobre de levadura
- Sal
- 125ml.de agua tibia
- 2 cucharadas de aceite

PARA CUBRIRLA:

- 1/2 cebolla
- 500gr. de tomate natural de lata
- Sal
- Azúcar
- 4 cucharadas de aceite
- Lata de bonito
- 100gr. de queso rallado
- 1/2 paquete de aceitunas
- Orégano
- Una lata de pimientos rojos

UTENSILIOS (POR GRUPO)

- Horno
- Olla
- Cuchillo
- Un plato
- Tabla
- Tenedor
- Molde pizza
- Pasapurés

PROCEDIMIENTO:*Encender la freidora a 200°C***Para hacer la salsa de tomate...**

1. En un cazo poner 4 cucharadas de aceite, la cebolla troceada y un poco de sal y ponerlo a calentar.
2. Cuando la cebolla esté blanda y dorada añadirle el tomate.
3. Remover y bajar la temperatura, para que no salpique y añadirle el azúcar.
4. Cuando esté listo pasarlo por el pasapurés.

Para la masa...

5. En un bol grande mezclar la harina, la levadura y la sal con la cuchara de madera.
6. Sin dejar de remover añadir el agua tibia y el aceite hasta conseguir la masa (hay que comprobar que la masa no se pega en las manos).
7. Espolvorear la mesa con un poco de harina y seguir amasando con las manos.
8. Untar con aceite el molde de la pizza y extender la masa en el molde.
9. Limpiar la mesa.

Cómo cubrirla...

10. Trocear el bonito y los pimientos en un plato.
(desechar el aceite de la lata de bonito en el bote de cristal, al lado de la freidora).
11. Extender una gruesa capa de tomate sobre la masa.
12. Cubrir el tomate con el queso rallado.
13. Colocar el bonito, los pimientos y las aceitunas y espolvorearlo con el orégano.
14. Meter la pizza al horno, a 200°C durante 10 minutos. Después, cambiar las pizzas de posición, la de arriba abajo y viceversa. En total 25 minutos aproximadamente, o hasta que hecha totalmente.



ANEXO VI

ROSQUILLAS

INGREDIENTES (POR GRUPO)

- 2 huevos
- 4 cucharillas de aceite
- 150gr. de azúcar
- 350 gr. de harina
- Una cucharilla de levadura
- Azúcar glass

UTENSILIOS (POR GRUPO)

- Freidora
- Tenedor
- 1 recipiente hondo
- 1 cuchara
- 1 cucharilla



PROCEDIMIENTO:

Encender la freidora a 150°C

1. Batir bien los huevos en un recipiente hondo.
2. Añadir el azúcar y el aceite. Seguir batiendo hasta que aparezca espuma.
3. Medir la harina, añadirle la levadura (cuidado, no echar más de una cucharadita de café porque la masa se deshace) y mezclar. A continuación, ir añadiendo poco a poco esta mezcla a la anterior.
4. Remover con una cuchara y añadir un poco más de harina si la masa se pega.
5. Echar la mezcla sobre la mesa y continuar amasando con las manos hasta conseguir una buena masa, añadir un poco más de harina si se necesita.
6. Dar forma a las rosquillas (pequeñas, gruesas y 3 o 4 por alumno/a) y colocarlas bien extendidas en una fuente previamente cubierta con papel.
7. Cuando esté el aceite caliente, freír las rosquillas sin apilarlas (3- 4 minutos es suficiente).
8. Al sacarlas de la freidora dejarlas sobre una bandeja forrada con papel y espolvorearlas con el azúcar glass.

ANEXO VII

TARTELETAS Y GALLETAS**INGREDIENTES PARA LAS TARTELETAS****(POR GRUPO)**

- 250 gr. de harina
- 125 gr. de margarina
- 75 gr. de azúcar
- 1 huevo
- Una pizca de sal

UTENSILIOS (POR GRUPO)

- Horno
- Recipiente
- Tenedor
- Moldes de las tartaletas
- Plato
- Brocha
- Rodillo
- Jarra

INGREDIENTES PARA EL RELLENO DE LA TARTELETA**(POR GRUPO)**

- 200 ml de leche
- 75 gr. de harina
- 75 gr. de azúcar
- 1 huevo
- Una cucharilla de margarina
- Canela en polvo

**PROCEDIMIENTO:**

Encender el horno a 200°C

Para hacer la tartaleta...

1. Echar la harina a un recipiente y hacer un agujero en el medio.
2. En el agujero echar el huevo, el azúcar, la sal y la margarina
3. Mezclar los ingredientes recogiendo poco a poco toda la harina.
4. Cuando no se pegue a las manos sacar la mezcla del recipiente y amasar sobre la mesa.
5. Repartir la mitad de la masa entre los miembros del grupo y forrar los moldes por dentro con una capa fina. Reservar el resto de la masa para hacer galletas.
6. Colocar los moldes en la bandeja del horno.

Para el relleno de la tartaleta...

7. Batir el huevo con el azúcar, añadir después la harina y mezclar. A continuación, añadir la margarina derretida, echar poco a poco la leche y seguir mezclando (si es necesario se puede utilizar la batidora).

Cuando estén preparadas las dos masas...

8. Rellenar las tartaletas con la jarra y meter las bandejas al horno.
9. Bajar el horno a 200°C. Pasados 15 minutos, bajar la temperatura a 175°C y esperar otros 15 minutos.

Para hacer las galletas

1. Espolvorear un poco de harina sobre la mesa, añadir un poco de canela a la masa y extender la masa con el rodillo hasta conseguir una lámina de unos 5 mm de grosor.
2. Cortar las galletas con los moldes, untar con margarina la bandeja del horno y colocar las galletas.
3. En un recipiente batir la yema de un huevo con una cucharada de azúcar y utilizar esta mezcla para pintar las galletas por encima con una brocha.
4. Meter las bandejas en el horno y en 15–20 min estarán listas.



