 Liceo José Victorino Lastarria

Rancagua

“*Formando Técnicos para el mañana”*

Unidad Técnico-Pedagógica

**DISEÑO DE MENU Y CARTA**

**PROFESORES: SANDRA DIAZ Y JOSE LUIS MUÑOZ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **OA n°5:** Elaborar cartas y menús para servicios y establecimientos de consumo frecuente o masivo, que consideren la estación año, el tipo de cliente y sus requerimientos nutricionales, la disponibilidad de los insumos. | | PUNTAJE IDELA: | PUNTAJE LOGRADO | NOTA: |
| **OBJETIVO:** retroalimentar contenido de la guía anterior.  Diseñar un plato creativo, considerando los contrastes en cada uno de sus elementos. | |
| **FECHA:** semana 1 al 5 DE JUNIO. | **CURSO:**  4°A |

**¡BUENOS DÍAS ESTIMADOS ALUMNOS DEL 4 AÑO A!**

**Instrucciones:**

1. Lea atentamente esta guía para que pueda comprender bien la actividad que se propone a continuación.
2. Retroalimentar el contenido de la guía anterior (presentación en power point, contrastes del menú)
3. **Según el contenido de la semana anterior desarrolla el siguiente menú en el recuadro establecido, considerando la importancia de los contrastes a la hora de diseñar un menú o platillo.**
4. Considera los tips señalados antes de crear tu menú que te podrán ayudar a hacer más fácil tu trabajo.

**RETROALIMENTACIÓN GUIA ANTERIOR.**

**LOS CONTRASTES DEL MENÚ.**

Los contrastes son las diferencias que los cocineros podemos marcar en cada uno de los elementos que integramos a un plato, para que cada elemento tenga su propia característica, le otorguen atractivo a un plato, generen combinaciones interesantes y evitemos la sensación de que todo se vea igual dentro de un plato.

¿Qué debemos contrastar en un plato?

\_COLORES: si disponemos diversos colores en cada elemento de un plato lograremos hacer que cada uno se distinga por sí mismo y nos ayudara en la presentación del plato. Colores naturales, intensos y brillantes nos otorgan gran calidad en un plato

\_SABORES: Los sabores se clasifican en 4 diferentes tipos; el salado, acido, dulce y amargo que si los sabemos combinar en perfecto equilibrio generaremos una gran atracción estimulando los paladares. Un mal ejemplo es: si mezclamos varios

sabores ácidos, no lograremos distinguir los ingredientes que componen nuestra preparación.

TEXTURAS: La textura es lo que podemos percibir al tacto de forma superficial distinguiendo inmediatamente si un elemento es suave, áspero, jabonoso, poroso entre otros. A la hora de armar un plato debemos saber diferenciar sus elementos con texturas distintas que hagan más interesante a la hora de degustar. Si hay muchas texturas iguales produce una sensación a que todo lo que estamos probando es igual. Un buen ejemplo seria disponer un elemento blando (puré) solido (filete de carne) liquido (salsa) crocante (aro de cebolla).

**TIPS PARA HACER TU DISEÑO MÁS FACIL:**

1\_ utiliza elementos de colores como vegetales, pescados o carnes.

2\_ se creativo y utiliza productos de cualquier lugar sin importar región o valor nutricional.

3\_preocupate que los elemento sean de diferentes colores: proteína, acompañamiento hidrato de carbono, acompañamiento verduras, salsa y decoración.

4\_ los elementos que debes contemplar son:

Proteína: carnes de aves, cerdo, pescado, mariscos, vacuno, animales de caza entre otros.

Acompañamiento hidrato de carbono: papas, pastas, arroz, maíz entre otros.

Acompañamiento verduras: hortalizas, frutos, hongos, vegetales verdes entre otros.

Salsa y elemento decorativo.

**DISEÑA TU PLATO CONSIDERANDO SUS CONTRASTES DE SABOR, COLOR Y TEXTURA.**

**CADA ELEMENTO DEBE LLEVAR UN METODO DE ELABORACIÓN.**

**PLATO PRINCIPAL**

|  |  |
| --- | --- |
| NOMBRE DEL PLATO. |  |
| PROTEINA |  |
| ACOMPAÑAMIENTO HIDRATO DE CARBONO |  |
| ACOMPAÑAMIENTO VERDURAS |  |
| SALSA |  |
| ELEMENTO DECORATIVO |  |

**FELICIDADES POR EL LOGRO, SALUDOS CORDIALES!!!**

Enviar guía de trabajo todos los alumnos del 4°A, al siguiente correo

[munozquinterosj@gmail.com](mailto:munozquinterosj@gmail.com)

ATEE. PROFESOR JOSE LUIS MUÑOZ QUINTETOS.