 Liceo José Victorino Lastarria

 Rancagua

 “*Formando Técnicos para el mañana”*

Unidad Técnico-Pedagógica

**INNOVACIÓN Y COCINA INTERNACIONAL**

**4° Medio A**

Docente: Sandra Díaz

Semana del 8 al 12 de Junio

OA: Prepara productos gastronómicos básicos de gastronomía internacional de países como Perú, México, China, Francia, Italia, entre otros, cumpliendo especificaciones y estándares de calidad.

Objetivo de la clase: Retroalimentar contenidos de actividades 1, 2, 3 y 4

Semana 1 y 2

Objetivo: Investiga sobre las características culinarias de países como Perú, China, México, Francia, Italia, entre otros, considerando las tradiciones culinarias de cada región

Actividad: Deberás crear un “ensayo” de la manera que más te acomode según tus habilidades y gustos, puede ser un informe escrito, un power point o un video donde me explicaras:’

1.- ¿qué ingredientes son la base principal de la gastronomía peruana

2.- ¿cuáles son sus preparaciones más famosas

3.-¿a qué se debe la influencia china en su comida

4.-¿ qué es la comida chifa

5.- que fue lo que más te gusto o llamo la atención de esta cocina

Semana 3 del 30 de Marzo al 3 de Abril

Según lo visto en las guías 1 y 2 ubique los siguientes platos en el mapa de Perú.



ceviche

Pollo a la brasa

Causa rellena

Semana 4 del 6 al 10 de Abril

Vea los siguientes tutoriales con recetas típicas peruanas y realice la ficha técnica de cada receta





Seco de res con frijoles

Ingredientes

* 1 kg arroz
* 1/2 kilo pallarés remojado de un día para otro
* 1/2 vasito ají colorado molido con ajos y pimienta comino
* 6 presas carne de res
* 2 ramas culantro
* 5 ramas huacatay
* 5 ramas espinacas
* 1/2 vaso alverjitas pelados
* 1/2 vaso zanahoria pelada y picada
* al gusto sal
* c/n aceite
* 3 dientes ajos
* 1 pizca pimienta comino

Pasos

1. Sancochar el arroz y granear.
2. En una olla a presión dorar el ají colorado molido, luego añadimos medio litro de agua hervida. Después ponemos los frijoles bien lavados y sal al gusto. Luego dejamos que cocine a su punto, si falta agua agregue agua hervida.
3. Tener listo los ingredientes bien lavados y los agregamos a la licuadora: el culantro, el huacatay, la espinaca, ajos, una pizca de pimienta y comino; y licuar. Todo con medio vaso de agua hervida.
4. Una en una olla a presión agregue el licuado y luego dejar que seque el jugo (se cocine); después removemos constantemente y una vez secado el jugo agregue aceite y seguimos dorando. Luego echamos 3 tazas de agua hervida y sal al gusto. Luego agregamos las presas de res, la zanahoria y las alverjas; y dejamos que sancoche la carne de res a su punto.
5. Servir el arroz con los frijoles y el seco de res con una ensalada especial.