

NIVEL MEDIO
FICHA
25

Nombre y Apellidos: _____

Fecha de Nacimiento: _____

Dirección: _____

DNI: _____

Fecha actual: _____

cerebroágil

1. Lea atentamente las siguientes recetas típicas andaluzas

Hablar de la gastronomía de Andalucía es hablar de una parte muy importante de la cocina popular de nuestro país. Los productos de su huerta, el aceite de oliva, el jamón, las carnes de cerdo ibérico y los pescados y mariscos de sus costas, son parte de su patrimonio cultural. Además, las distintas culturas que han habitado históricamente esta Comunidad Autónoma han enriquecido la cultura gastronómica de Andalucía.

- **SALMOREJO:** crema tradicional de Córdoba que se elabora con tomates, aceite de oliva, ajo, miga de pan, sal y un chorrito de vinagre.
 1. Pelamos los tomates y los cortamos para sacar su jugo
 2. Añadimos el resto de ingredientes
 3. Trituramos hasta conseguir la textura deseada
 4. Podemos poner toppings de jamón, pepino, atún o huevo duro.



- **GAZPACHO:** crema parecida al salmorejo, pero menos espesa ya que no lleva pan e incorpora agua, además de tomates, aceite de oliva, ajo, sal y vinagre.
 1. Pelamos los tomates y los cortamos
 2. Añadimos el aceite, el ajo, la sal y el chorrito de vinagre
 3. Trituramos y añadimos el agua hasta conseguir la textura deseada
 4. También podemos añadir hielo en lugar de agua para que quede muy fresquito

cerebro *ágil*



- **FLAMENQUÍN:** rollo de carne y jamón, jugoso por dentro y crujiente por fuera. Sus ingredientes son: Filetes de lomo de cerdo, Jamón serrano, Sal, Huevo, Perejil, Ajo, Pan rallado y Aceite de oliva
 1. Machacamos los filetes con una maza y los vamos aplanando.
 2. Ponemos unas tiras de jamón en el centro o una loncha de jamón estirada sobre los filetes.
 3. Enrollamos, pasamos por huevo batido, al que ponemos un poco de sal, perejil y ajo picado.
 4. Después pasamos por pan rallado y así con todos.
 5. Freímos en abundante aceite caliente y listos para comer estos deliciosos flamenquines.



cerebroágil

- **ATÚN ENCEBOLLADO:** típico de la provincia de Cádiz, sus ingredientes son Atún fresco, cebollas grandes, Pimienta en grano, Laurel, Ajo, Orégano, Vino de Jerez, Sal, Pimentón dulce y Aceite de oliva
 1. Pelamos y cortamos la cebolla y los ajos
 2. Lo rehogamos en el aceite de oliva
 3. Añadimos el resto de ingredientes
 4. Tapamos y dejamos cocinar hasta que el pescado esté en el punto deseado



- **TORRIJAS:** dulce tradicional típico de la Semana Santa, hecho con ingredientes básicos como pan, leche, canela en rama, cáscara de Limón, azúcar, huevos y aceite para freír
 1. Ponemos en un cazo la leche, la canela y la cáscara de limón. Cuando rompa a hervir lo apartamos y tapamos la olla.
 2. Pasamos las rebanadas de pan por la leche
 3. Luego las pasamos por el huevo batido
 4. Las freímos en el aceite
 5. Las pasamos por azúcar hasta recubrirlas



cerebroágil

2. Responda a las siguientes preguntas sobre el texto, ayudándose del mismo si es necesario.

- ¿Qué comida de las anteriores es jugosa por dentro y crujiente por fuera?

F _ _ M _ _ Q _ I _

- ¿De qué provincia es típico el atún encebollado?

C _ D _ _

- ¿Qué receta lleva como ingrediente agua?

_ A _ P _ _ H _

- ¿Qué receta es típica de la Semana Santa?

_ O _ _ I _ A _ S

- ¿Qué ingrediente de color rojo tienen en común el salmorejo y el gazpacho?

T _ _ A _ E

- ¿De qué fruta es la cáscara que se usa para hacer las torrijas?

L _ _ O _

- ¿De dónde es el vino que se usa para cocinar el atún encebollado?

J _ _ E _

- ¿Qué ingrediente tienen en común el salmorejo y las torrijas?

_ A _

- ¿Cómo es el pan que se usa para emborrizar los flamenquines?

R _ _ L _ _ O

3. Mencione 5 ingredientes que estén presentes en las recetas descritas

—
—
—
—
—

4. Ordene las siguientes frases según los pasos a seguir en las recetas

ATÚN ENCEBOLLADO

- Añadimos el resto de ingredientes
- Pelamos y cortamos la cebolla y los ajos
- Tapamos y dejamos cocinar hasta que el pescado esté en el punto deseado
- Lo rehogamos en el aceite de oliva

TORRIJAS

- Las freímos en el aceite
- Ponemos en un cazo la leche, la canela y la cáscara de limón. Cuando rompa a hervir lo apartamos y tapamos la olla.
- Las pasamos por azúcar hasta recubrirlas
- Luego las pasamos por el huevo batido
- Pasamos las rebanadas de pan por la leche

FLAMENQUÍN

- Después pasamos por pan rallado y así con todos.
- Ponemos unas tiras de jamón en el centro o una loncha de jamón estirada sobre los filetes.
- Machacamos los filetes con una maza y los vamos aplanando.
- Freímos en abundante aceite caliente y listos para comer estos deliciosos flamenquines.
- Enrollamos, pasamos por huevo batido, al que ponemos un poco de sal, perejil y ajo picado.

GAZPACHO

- Añadimos el aceite, el ajo, la sal y el chorrito de vinagre
- Pelamos los tomates y los cortamos
- También podemos añadir hielo en lugar de agua para que quede muy fresquito
- Trituramos y añadimos el agua hasta conseguir la textura deseada

cerebro *ágil*

SALMOREJO

- Añadimos el resto de ingredientes
- Trituramos hasta conseguir la textura deseada
- Podemos poner toppings de jamón, pepino, atún o huevo duro.
- Pelamos los tomates y los cortamos para sacar su jugo

5. ¿Qué receta puedo hacer si tengo los siguientes ingredientes?

Filetes de lomo de cerdo, Jamón serrano, Sal, Huevo, Perejil, Ajo, Pan rallado Aceite de oliva

Pan, leche, canela en rama, cáscara de Limón, azúcar, huevos aceite para freír

Agua, tomates, aceite de oliva, ajo, sal vinagre.

Atún fresco, cebollas grandes, Pimienta en grano, Laurel, Ajo, Orégano, Vino de Jerez, Sal, Pimentón dulce Aceite de oliva

tomates, aceite de oliva, ajo, miga de pan, sal chorrito vinagre

cerebro *ágil*

6. Mencione 3 palabras que se le vengan a la cabeza a partir de las siguientes:

Tomate			
Batidora			
Cuchillo			
Aceite			
Atún			
Paleta			
Microondas			

7. Agrupe las palabras anteriores por categorías

ALIMENTOS	UTENSILIOS	ELECTRODOMÉSTICOS