

COORDINACIÓN TÉCNICA ADMINISTRATIVA
No.14-06-08 CHICHICASTENANGO, QUICHÉ.

GUÍAS DE APRENDIZAJE A DISTANCIA COVID-19

Nombre del Centro Educativo: I.N.E.E.B., "PEM. DANIEL ADÁN GARCÍA BARRIOS"
 Código del Establecimiento: 14-06-0298-45 Mes de Aplicación: OCTUBRE
 Nombre del Director: PEM. LUIS GILBERTO YAX TZUL No. de Tel. 58767600

Docente: VICTORIA DE LOS ANGELES PEREZ LUX	No. de Tel. 58288281
Grado: Segundo básico	Sección: A,B,C,D
Nombre del estudiante:	Clave:
Área: productividad y desarrollo (Cocina y Reposteria)	
Fecha de aplicación: 01 al 15 de octubre del 2020	

1. COMPONENTE CURRICULAR

Tema a desarrollar: ENCURTIDOS
Competencia(s) Planifica procesos administrativos para el desarrollo de proyectos productivos y sostenibles y sustentables.
Indicador(es) de logro: Diferencia los métodos de conservación de alimentos.

2. COMPONENTE METODOLÓGICO

Metodología: Aprendizaje basado en destrezas cognitivas.

¿Qué son los encurtidos?

Las populares variantes, los aperitivos avinagrados que acompañan a las aceitunas y dan forma a banderillas y otros picoteos, son en su mayoría vegetales encurtidos. Encurtir es un proceso de conservación de alimentos que consiste en someter al producto a una solución de vinagre y otros ingredientes, como azúcar o especias.

Se puede encurtir mediante cocción o fermentación, que requiere más tiempo de reposo, durante la cual se desarrollan las bacterias y levaduras que convierten a los encurtidos en valiosos prebióticos (fibra vegetales) con efectos positivos para la microbiota (conjunto de bacterias que viven en el intestino) intestinal.

Se pueden conservar diferentes alimentos en salmueras de variada composición, pero si hablamos de encurtidos, el vinagre debe estar presente en una alta proporción. Es un proceso que alarga la conservación de la materia prima, modificando al mismo tiempo sus propiedades organolépticas, cambiando su textura y sus sabores, que se acentúan con el paso del tiempo.

Por tanto, son pequeñas bombas de sabor que enriquecen todo tipo de platos, muy usados como aderezo o complemento -por ejemplo, en sándwiches y hamburguesas-, pero también ideales para tomar por sí solos, especialmente como aperitivo o bocado saludable entre horas.

¿Qué alimentos se pueden encurtir?

Los encurtidos son productos vegetales de diversa naturaleza. En principio, cualquier verdura, hortaliza, hongo o fruta es susceptible de someter a un proceso de encurtido, si bien hay algunas variedades más apreciadas por los buenos resultados que ofrecen. Los vegetales más firmes, de piel más dura y con una pulpa menos acuosa, resisten mejor la fermentación en vinagre.

Entre los encurtidos clásicos encontramos el pepino -para hacer pepinillos-, la zanahoria, cebollas y cebollitas, dientes de ajo, calabacín, berenjena, coliflor, repollo y otras coles, guindillas y chiles, limones, espárragos, alcaparras, remolacha, nabos y rábanos. Frutas como cítricos o incluso la sandía también se pueden encurtir.



Otros ingredientes y proceso a seguir

El vinagre es un ácido que tiene la capacidad de transformar los alimentos crudos, "cocinándolos", de una forma similar al efecto del limón o la lima en un ceviche. Añadiendo otros ingredientes a la mezcla se facilita la fermentación, se potencia la conservación y también se obtienen sabores y aromas diferentes.

Es habitual incorporar azúcar y un poco de sal, además de especias secas que soporten bien una conservación alargada, como granos de pimienta o mostaza, hojas de laurel o clavos de olor. Las hierbas frescas están desaconsejadas, pues pueden amargar y deshacerse en el líquido.



Actividad No. 1

Realice un resumen del contenido.

¿Qué es un resumen?

Un resumen escrito es un texto que transmite la información de otro texto de manera abreviada. Hacer resúmenes es una técnica de estudio fundamental: exige una lectura atenta y comprensiva para identificar la información más importante incluida en el libro, contenido o artículo que hay que estudiar.

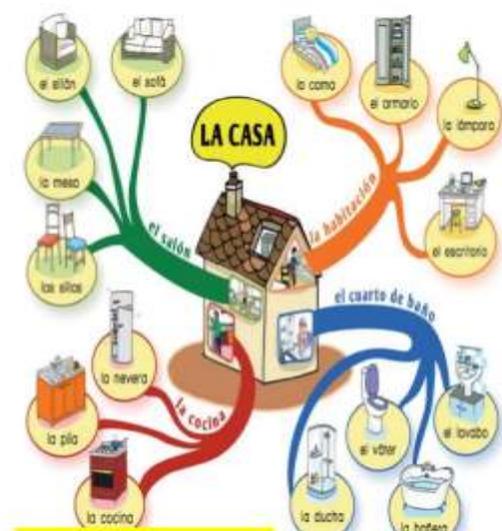
Actividad No. 2

Realice un glosario de los términos que desconoce y escriba el significado de cada uno de ellos.

Actividad No.3

Realice un mapa mental del contenido proporcionado.

Ejemplo:



Actividad No.4

Realice una prueba Q.A del contenido.

Ejemplo: Esta prueba se realiza después de leer un determinado tema a través de dos cuestionamientos importantes ¿Qué quiero saber? ¿Qué aprendí? para verificar los conocimientos adquiridos.

QUE QUIERO SABER	QUE APRENDI

3. COMPONENTE DE EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

A. Herramienta De Evaluación De Desempeño:

Portafolio. Para ello tiene que elaborar un folder o carpeta en donde archivara cada guía de trabajo que servirá para monitorear el proceso de aprendizaje por el profesor y por el mismo estudiante.



A. Herramienta De Evaluación De Observación: Lista de cotejo (uso exclusivo del docente)

- El resumen es coherente
- El glosario cumple las reglas básicas
- El mapa mental es creativo y cubre puntos específicos
- La prueba Q.A, es precisa
- Aplica normas de ortografía

Mecanismo de Reforzamiento: - Resolución de dudas y acompañamiento de docente por teléfono o WhatsApp (**58288281**) en horario de 7:30 am a 12:30 pm.