



**MATERIAS: DESTREZAS LINGÜÍSTICAS (EXPRESION ORAL y ESCRITA)**

**EDAD: 3º PRIMARIA (8-9)**

**OBJETIVOS DE LAS FICHAS DE TRABAJO**

**¿Qué es un recetario de cocina y para qué sirve? ¿Son las recetas de cocina un instrumento para transmitir costumbres y cultura gastronómica?**

En muchos hogares podemos encontrar “tesoros de cuchara y tenedor” que se transmiten de generación en generación. Recetas de cocina que aún y acogiendo nuevos ingredientes o técnicas de cocina, constituyen sabiduría culinaria de cada familia. Conociendo las recetas tradicionales que se comen en casa, si corresponden a una fiesta tradicional o estación del año en concreto; quien las cocina y de dónde las aprendieron, ayuda a entender cómo se construyó uno de los estilos de alimentación y cocina más saludables del planeta: la cocina mediterránea.

**Trabajo individual:**

¿Qué es una receta de cocina y para qué sirve?

¿Qué contienen los recetarios de cocina?

¿Conocéis algún tesoro de cuchara y tenedor?

#### Ficha de trabajo individual para descubrir qué saben:

Sobre cómo se transmiten los conocimientos y que valor tienen, más allá del valor material. Actividades para completar palabras, utilizan el diccionario e interpretar el significado de las palabras. Actividad creativa: escriben recetas que les gusta comer en casa.

#### Trabajo en equipo

Actividad 1. Recetario de cocina de la clase

Poned en común las recetas de cocina que habéis escrito en las fichas de trabajo individual y preparad un recetario de cocina de la clase.

Actividad 2. Mural de Tesoros

Poned en común el significado que tiene para cada uno de vosotros el término “Tesoro de cuchara y tenedor” y preparad un mural.

#### Actividades creativas y herramientas de reflexión:

Ponen en común las recetas que conocen de casa y han escrito, y el significado que tiene para ellos el término “Tesoro de cuchara y tenedor”.

Mientras explican su receta al resto de la clase, se puede aprovechar para hablar de alimentación saludable, incidiendo en algún ingrediente o forma de preparación. O también sobre la diversidad cultural en la alimentación y en la cocina, como instrumento de integración.

Mientras explican el significado de “Tesoro de cuchara y tenedor”, se puede aprovechar para hablar sobre el valor material e inmaterial de los bienes, la cultura y los conocimientos. El año 2010, la dieta mediterránea fue declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.

#### Solucionario ficha de trabajo individual:



Croquetas



Receta de Croquetas de merluza y rape.

Ingredientes:

Para la masa: Harina, leche, cebolla, merluza y rape, un poco de sal.

Para el rebozado: Pan rallado, huevo y harina.

Elaboración:

Preparar bolitas con las manos.

Luego rebozar así: Primero con harina, luego con huevo y al final con pan rallado.

Freír con aceite de oliva y servir con un poco de ensalada.