

PARTE DEL PROFESOR

TÍTULO Y JUSTIFICACIÓN

Dime qué comes y te diré de dónde eres.

Hemos elegido el tema de la gastronomía porque constituye uno de los primeros aspectos lingüísticos y culturales que debe afrontar el aprendiz de español cuando viaja a un país hispanohablante. El contraste, en ocasiones positivo y en ocasiones negativo, con su país de origen les lleva a establecer comparaciones no siempre objetivas y cercanas a falsos prejuicios. A pesar de ser este un tema conocido por todos los profesores de ELE y frecuente en los materiales didácticos, hemos intentado ofrecer una visión más amplia involucrando aspectos culturales que se concretan en el proyecto final con el que pretendemos fomentar la capacidad de comunicación entre los alumnos y su tolerancia hacia distintas visiones del mundo.

OBJETIVOS

- Comprender y producir distintos tipos de mensajes orales y escritos en español sobre el ámbito de la gastronomía.
- Interactuar con otros compañeros cooperando y participando activamente.
- Acercar la cultura hispánica y la del país de origen contribuyendo a la erradicación de estereotipos culturales.
- Desarrollar la autonomía de aprendizaje utilizando de forma independiente distintas fuentes de información.

Nivel al que se dirige: B1 + (MCRE)

Edad a la que se dirige: jóvenes y adultos

CONTENIDOS

Conceptos

Funciones comunicativas: dar y recibir instrucciones sobre cómo preparar un plato, expresar opinión, acuerdo y desacuerdo, expresar valoración y comparar, contar anécdotas sobre usos y costumbres, describir y definir, identificar objetos, relacionar dos momentos en el tiempo, expresar el momento en el que ocurre una acción, señalar el límite de una acción, ordenar ideas

Estructuras gramaticales: imperativo afirmativo y negativo, hasta que + indicativo/ subjuntivo, cuando + indicativo/ subjuntivo, antes de que + subjuntivo, para + infinitivo, para que + subjuntivo y usos de ser.

Elementos que dan cohesión al discurso: concordancia, marcadores del discurso, etc.

Léxico relativo a: maneras de preparar los alimentos, sabores, estados de los alimentos, utensilios, medidas, expresiones idiomáticas con alimentos.

Procedimientos

1. Comprensión de mensajes orales que proceden de distintas fuentes: profesor, compañeros, vídeos y cassetes, extrayendo la información relevante.
2. Comprensión de textos escritos y capacidad de inferir a partir del contexto el significado de algunas palabras desconocidas.
3. Extracción de información específica a partir de textos auténticos: internet, revistas de gastronomía, medios de comunicación.
4. Producción de mensajes orales en español utilizando los conocimientos adquiridos.
5. Pronunciación comprensible.
6. Producción de textos escritos utilizando los conocimientos adquiridos con una estructura lógica.

Actitudes

1. Desarrollar actitudes y valores con respecto al pluralismo cultural y lingüístico.
2. Respeto hacia la lengua española.
3. Atención y respeto hacia los mensajes orales emitidos por el profesor y los compañeros.
4. Toma de conciencia de que para comprender un mensaje, tanto oral como escrito, no es necesario entender todos los elementos del mismo.
5. Actitud positiva hacia las actividades de clase.
6. Curiosidad por conocer el funcionamiento del español.
7. Interés por leer textos escritos en español con el fin de obtener información, ampliar conocimientos y disfrutar.
8. Rigor en la interpretación y producción de textos escritos.

DESARROLLO DE LA UNIDAD

1ª SESIÓN (90 minutos)

Actividad 1

Visionado de dos escenas (1 minuto de duración) de la película *Mujeres al borde de un ataque de nervios*, de P. Almodóvar. En el vídeo se presenta la elaboración de un gazpacho.

Para la primera escena proponemos que los alumnos hagan hipótesis sobre el plato que se está preparando y adivinen los posibles ingredientes.

La segunda escena sirve para confirmar o modificar sus hipótesis.

Actividad 2

Hemos creado este ejercicio para deshacer prejuicios, estereotipos y falsas creencias. Primero, los alumnos trabajan en parejas y luego el profesor utiliza esa misma página en formato transparencia para una puesta en común. Esta actividad es para grupos multilingües. En caso de que no sea así, se hará sobre las variedades regionales del país en cuestión.

Como actividad adicional sugerimos usar la transparencia 1.

Actividad 3

El profesor pide a los alumnos que piensen en los ingredientes básicos de la cocina española. La confirmación se hará usando la transparencia 2 "Ingredientes típicos", y las intervenciones de los compañeros. En caso de que el profesor-a fuera de algún país latinoamericano podría introducir los ingredientes típicos de su cocina.

Actividad 4

Esta receta sirve para: presentar un modelo de receta, repasar el uso del imperativo, recordar otros recursos propios de este tipo de textos y presentar vocabulario.

Actividad 5

Es una actividad de repaso del imperativo.

La explotación que nosotros proponemos es que trabajen en parejas en la **parte a** (si el profesor lo considera oportuno, puede pedir a algún alumno que lea su versión antes de escuchar la audición, que dura un minuto aproximadamente).

Parte b. comprobar mediante la grabación incluida en el cd que hemos adjuntado.

Si el profesor quiere trabajar más el poema puede continuar con el apartado "Para profundizar".

Actividad 6

Recomendamos que este ejercicio se mande como tarea para casa porque les ayudará a realizar las actividades de la segunda sesión.

Soluciones: 1f, 2h, 3b, 4ª, 5c, 6d, 7e, 8j, 9g, 10i

2ª SESIÓN (90 minutos)

La clase comenzaría con la corrección de la actividad 6.

Actividad 7

Los alumnos completan cuadros en parejas. La tercera columna está pensada para el uso de estrategias de aprendizaje y comunicación. Finalmente se hace una puesta en común (transparencia 3).

Sugerimos que el profesor, como actividad de repaso del vocabulario visto hasta ahora, pida a los alumnos que mencionen utensilios, ingredientes y verbos para elaborar platos como la tortilla, la paella, espaguetis, pollo asado, y ensaladilla rusa. Esto puede hacerse en forma de concurso.

Actividad 8

Los alumnos completarán en parejas los cuadros referidos a preparación de alimentos, sabores y estados.

Soluciones:

Preparar alimentos: freír, cocer, a la plancha, gratinar, asar, al horno.

Sabores: dulce, salado, amargo, ácido, soso, picante.

Estados: crudo, cocinado, fresco, pasado, maduro, verde.

Actividad 9

Esta receta nos sirve para presentar la estructura de una receta y los recursos lingüísticos comúnmente empleados: marcadores discursivos, estructuras temporales y finales.

Actividad 10

Modelo de práctica gramatical basado en un planteamiento inductivo que el profesor puede ampliar. Deberá decidir también cuántos ejercicios se realizan en el aula y cuántos pueden constituir una tarea para casa.

Soluciones

Cuadro **para y para que:**

Para+infinitivo - mismo - para que+subjuntivo - distintos

Soluciones práctica:

1a, 2b, 3a, 4b, 5b.

Actividad 11

Soluciones:

Cuadro **cuando y hasta que:**

Subjuntivo - futuro - indicativo - pasado

Práctica 1:

1. hasta que 2. cuando 3. cuando 4. hasta que 5. cuando 6. hasta que

Práctica 2: 1c, 2f, 3e, 4ª, 5b, 6d

Actividad 12

Soluciones cuadro:

b. subjuntivo a. anterior

Actividad 13:

Actividad de comprensión auditiva:

Visionado de un fragmento correspondiente a un programa de televisión de cocina (*Vamos a cocinar con José Andrés*). El programa trata sobre la cocina india, lo que nos permitirá llevar a cabo un acercamiento a otras culturas gastronómicas.

Duración: 9 minutos

Se realizará un visionado completo (dos veces) a fin de que el alumno pueda responder a las preguntas planteadas

Soluciones:

1. Gambas al curry
2. Canela, jengibre, comino, nuez moscada, pimentón, cúrcuma, cilantro, cardamomo, anís y mostaza en grano
3. Palabra procedente del lenguaje tamil: "cari" (salsa con especias) que los ingleses transcribieron como curry
4. Pelar las gambas – ensartarlas en las brochetas – preparar la salsa de curry: echar aceite, cebolla, curry, leche de coco y dejar cocer – saltear las gambas y presentarlas con la salsa

3ª SESIÓN (90 minutos)

Actividad 14

Microdiálogos con fraseología de los alimentos. Los alumnos deben relacionar la expresión idiomática contextualizada con su significado. El profesor puede aprovechar esta actividad para realizar una comparación lingüística con las unidades fraseológicas referidas a alimentos en distintas lenguas. Se comprobará así la coincidencia o divergencia de expresiones: *ponerse como un tomate* (italiano: *diventare rosso come un pomodoro*), *sacar las castañas del fuego* (alemán: *Jdm. die Kastanien aus dem Feuer holen*), *importar un pimiento, comino* (alemán: *Jdm. Wurst sein*). También debe explicar que todas estas expresiones se usan en un registro informal de la lengua.

El aprendizaje de estas expresiones contribuye a mejorar la expresividad del discurso del alumno.

Soluciones:

1. Ir como sardinas en lata –c
2. Dar una torta –g
3. Ponerse como un tomate –f

4. Salir un churro -a
5. Estar como un fideo -i
6. Estar de mala leche -e
7. Dar las uvas -b
8. Estar como un queso -h
9. Importar un pimiento -d

Actividad 15

Ejercicio de respuesta libre sobre estas expresiones

Actividad 16

Actividad de comprensión auditiva

Duración de la grabación (1 minuto)

Dos audiciones

Los alumnos completarán una pirámide de alimentación con la información extraída del texto oral.

Soluciones:

Base de la pirámide: cereales, arroz, pan y pasta

Primer escalón: frutas, hortalizas y verduras

Segundo escalón: carne, aves, pescado, huevos, legumbres, lácteos y derivados

Punta de la pirámide: grasas, aceites, frutos secos y dulces

Actividad 17

Se propone esta actividad para contextualizar la lectura de la actividad 18. Se trata de un cuestionario para hacer en parejas y poner posteriormente en común. De manera opcional, se puede realizar un pequeño debate.

Actividad 18

Parte a: se divide la clase en tres grandes grupos (a, b y c). Se asigna a cada uno de ellos uno de los tres textos. En parejas, leen su texto, buscan las palabras que no conocen con ayuda del diccionario, preguntando a compañeros de su grupo o al profesor.

El profesor debe dejar claro al principio de la actividad que, tras la lectura, los alumnos deben ser capaces de resumir oralmente su texto al resto de compañeros. Si el profesor lo desea puede utilizar el texto como base para una pequeña discusión sobre el tema.

Parte b: es un ejercicio que los alumnos deben realizar en casa y que se corregirá en la siguiente clase.

Soluciones:

1. abonos químicos y pesticidas
2. consumir aceite de oliva, frutas, verduras y legumbres
3. ovo-lácteo-vegetarianismo y naturismo
4. del ritmo acelerado de vida actual
5. consumo de productos de origen animal y grasas saturadas

SECCIÓN RECUERDA

Al final de la unidad didáctica, los alumnos pueden consultar las formas del IMPERATIVO. En la sección **PARA AYUDARTE** incluimos un cuadro con unidades de medida que pueden ser útiles a los alumnos en la elaboración de su tarea final.

PROYECTO FINAL

Nuestra tarea final consiste en la elaboración, entre todos los alumnos, de un recetario viajero internacional. El profesor preparará una especie de libro-carpeta cuyas hojas se irán completando con las aportaciones culinarias de cada alumno. Éstos se llevarán el libro a casa durante uno o dos días y lo devolverán a la clase para que otro alumno pueda incluir su receta. Así, el libro "viajará" de casa en casa y los alumnos irán aguzando su ingenio para crear su receta.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

La evaluación se realizará sobre la tarea final. Se tendrá en cuenta la información que aporte la ficha de autoevaluación del alumno.

Transparencia 1

Comida y costumbres

1. En Alemania no se pone la ensalada en el centro de la mesa.
2. En España se suele tomar un aperitivo antes de comer o cenar.
3. En Francia se come queso al final de una comida.
4. En China el menú se pone en el centro de la mesa.
5. En Italia no se utiliza la cuchara como ayuda para comer espagueti.
6. En algunos bares de España no se usan las papeleras.
7. En EEUU no sueles ofrecer comida cuando estás comiendo.

...

Transparencia 2

INGREDIENTES BÁSICOS EN LA COCINA ESPAÑOLA

HUEVOS

HARINA

PATATAS

ARROZ

CARNES

PASTA

VERDURAS

AZÚCAR

FRUTAS

LECHE

SAI

PEREJIL

PIMIENTA

LAUREL
LAUREL

AJO

LEGUMBRES

PIMENTÓN

ACEITE

VINAGRE

AZÚCAR

PESCADOS

CONSERVAS

Transparencia 3





1. Vas a ver varios fragmentos de la película *Mujeres al borde de un ataque de nervios*, de Pedro Almodóvar (1998).

2. Completa los siguientes cuadros con un compañero/ a

Creencias sobre las comidas del mundo

España

- La comida tiene mucho aceite.
- A todo el mundo le gustan la tortilla y la paella.
- Todo huele a ajo.
-
-

Alemania

Italia

Francia

Estados Unidos

China

3. **Ingredientes.** Piensa en los ingredientes básicos de la cocina española. Luego, confirma tu hipótesis con la información del profesor/ a y de tus compañeros/ as.

4.a. Ordena esta receta.

Champiñones al ajillo



A. Darles unas vueltas y añadir perejil picado.

B. En una sartén con aceite, freír los ajos cortados en láminas.

C. Limpiar bien los champiñones cortados en láminas y echarles sal

D. Rehogar hasta que los champiñones estén en su punto.

E. Cuando empiecen a tomar un color ligeramente dorado, echar los champiñones

b. Ahora te toca a ti. Cambia los verbos que aparecen en la receta en infinitivo a su forma de imperativo ("tú").



RECUERDA

Otros recursos para dar instrucciones en recetas:

- **Se + Presente**
"Se *añade* un poco de sal".
- **Presente de Indicativo ("tú")** con valor impersonal.
"Mezclas todos los ingredientes".
- **Imperativo** (consulta p. 27)
"Corta el ajo en láminas finas".
- Hay que/ Tienes que + infinitivo
"Hay que/ Tienes que dejar cocer todo junto"



Gabriel Celaya
(1911-1991)

5.a. Vamos a recordar un poco más el imperativo. Aquí tienes un poema del poeta español **Gabriel Celaya**. Como su título indica, se trata de una biografía. Tienes que completarla con los verbos que tienes abajo, teniendo en cuenta que todos aparecen en el poema en **imperativo**, en la forma "tú", excepto el verbo "extraer" que aparece en la forma de "usted". Ya sabes que las biografías se escriben en orden cronológico, pero esta la hemos desordenado un poco para que la pongas en orden. ¡Buena suerte!

BIOGRAFÍA

*¿Le parece a usted correcto que un ingeniero haga versos?
La cultura es un adorno y el negocio es el negocio.
Si sigues con esa chica, te cerraremos las puertas.
Eso, para vivir.*

*No _____ la cuchara con la mano izquierda.
No _____ los codos en la mesa.
_____ bien la servilleta.
Eso, para empezar.*

*No _____ tan loco.
_____ educado.
_____ correcto.
No _____.
No _____.
No _____.
No _____.*

*¡Ay, sí, no respirar!
Dar el no a todos los nos.
Y descansar: morir*

*_____ la raíz cuadrada de tres mil trescientos trece.
¿Dónde está Tanganika?
¿Qué año nació Cervantes?
Le pondré un cero en conducta si habla con su compañero.
Eso, para seguir.*

poner

ser (3) toser

respirar

fumar

extraer

coger

beber

doblar



b. Ahora escucha el poema y comprueba si tu versión es igual o similar al original.

PARA PROFUNDIZAR

1. Si este poema es una biografía, se supone que hablará de las diferentes etapas de la vida de una persona. ¿Cuáles reconoces en el poema?
2. En cada una de esas "etapas", ¿quién crees que da las órdenes?
3. ¿Podrías explicar el verso que dice "*La cultura es un adorno y el negocio es el negocio*"? ¿Estás de acuerdo con esta afirmación?
4. ¿Por qué no pruebas a escribir tú un poema parecido en el que hables de las prohibiciones que nos imponen y las órdenes que nos dan a lo largo de nuestra vida? Puedes seguir el modelo del poema de Gabriel Celaya.



PALABRAS, PALABRAS

6. A continuación tienes algunos términos que se utilizan con frecuencia en las recetas de cocina. Para familiarizarte con ellos, intenta relacionarlos con su definición:

- | | | | | |
|----------------|------------|------------|----------------|-----------|
| a. Espolvorear | b. Batir | c. Rehogar | d. Enharinar | e. Hervir |
| f. Aliñar | g. Rebozar | h. Dorar | i. Salpimentar | j. Rallar |

1. Sazonar o condimentar un plato, por ejemplo una ensalada, con el fin de conseguir un determinado sabor.
2. Freír hasta conseguir un color dorado.
3. Mezclar enérgicamente una materia, con ayuda de algunos utensilios, hasta que adquiera cierta consistencia.
4. Echar una sustancia en forma de polvo sobre un alimento.
5. Freír los alimentos en una sartén a fuego lento con una pequeña cantidad de grasa hasta obtener el punto deseado de color y textura.
6. Pasar por harina cualquier alimento antes de freír con el fin de obtener un color más dorado.
7. Someter un líquido a alta temperatura hasta su ebullición.
8. Desmenuzar algo, por ejemplo pan seco utilizando un rallador manual o eléctrico.
9. Cubrir algo con una capa fina de harina y después de huevo batido, antes de freírlo.
10. Agregar sal y pimienta.



UTENSILIOS



7. Completa este cuadro.

Nombres de utensilios que conoces	Nombres de utensilios que conoces pero no estás seguro/ a de su nombre	Nombres de utensilios que te gustaría conocer





8. Para mejorar aún más tus conocimientos gastronómicos completa con un compañero los siguientes cuadros.

Cuántas maneras hay de <u>PREPARAR O COCINAR</u> los alimentos:					
F.....	C.....	A	G.....	A.....	AL

Cuántos <u>SABORES</u> podemos distinguir:					
(el azúcar)	(la sal)	(el café)	(el limón)	(algo sin sal)	(tabasco)

Cuáles pueden ser los <u>ESTADOS</u> de los alimentos:					
(sin cocinar)	← (lo contrario)	(recién llegado al mercado)	←	(justo en su punto para comer)	(lo contrario)



9. BACALAO AL PIL- PIL

Ingredientes y cantidades (para 4 personas)

- 4 trozos de bacalao desalado.
- 4 dientes de ajo
- 1 guindilla
- 2 dl de aceite de oliva

Elaboración

En primer lugar, coloca el ajo fileteado y la guindilla en una cazuela y **cuando estén dorados**, retíralos a un plato. **A continuación**, deposita el bacalao, con la piel, sobre la misma cazuela, y caliéntalo 2 minutos por cada lado (**para que suelte** la gelatina). **Después**, déjalo templar y coloca el bacalao en una cazuela de barro, donde irás añadiendo el aceite anterior poco a poco, mientras empiezas a ligar el bacalao, **hasta que se ligue** la salsa. Y, **por último**, añade el ajo y la guindilla.

PARA Y PARA QUE

10. Fíjate en esta oración de la receta anterior:

*Caliéntalo dos minutos por cada lado **para que suelte** la gelatina*

Si vuelves a leer el texto, podrás responder a estas preguntas:

- ¿Cuál es el sujeto de *caliéntalo*?
- ¿Cuál es el sujeto de *suelte*?

Fíjate ahora en este otro ejemplo:

*Siempre voy al trabajo andando **para hacer** ejercicio*

¿Cuál es el sujeto de los dos verbos?

Intenta ahora completar esta regla con las palabras que aparecen al final:

Para expresar finalidad podemos utilizar **para** + _____ si el sujeto de las dos oraciones es el _____. Usamos **para que** + _____ cuando los sujetos de las dos oraciones son _____.

MISMO SUBJUNTIVO DISTINTOS INFINITIVO



El bacalao al pil-pil es, para muchos, la receta reina de todas las ideadas para ese pescado; cualquier buen aficionado sabe que el pil-pil es esa salsa blancoamarillenta y untuosa que se produce al ligar el aceite con la gelatina que suelta el propio bacalao.



¡Vamos a practicar! ¿Cuál crees que es la opción correcta para completar estas oraciones?

1. Tienes que cocer las patatas a fuego lento _____.
 - a. para que no se deshagan
 - b. para no deshacerse

2. Es bastante tarde. Tengo que darme prisa _____.
 - a. para que no pierda el tren
 - b. para no perder el tren

3. Juan ha pedido dinero a sus padres _____.
 - a. para poder estudiar
 - b. para que pueda estudiar

4. Habla en voz baja _____.
 - a. para no despertarse el bebé
 - b. para que no se despierte el bebé

5. Lidia necesita otro trabajo _____.
 - a. para que gane más dinero
 - b. para ganar más dinero

CUANDO Y HASTA QUE

11. En la receta para hacer *Bacalao al pil-pil* aparecen también estas instrucciones:

"...cuando estén dorados, retíralos a un plato".

"...irás añadiendo el aceite anterior poco a poco [...] hasta que se ligue la salsa."

¿Cuál de las dos instrucciones introduce

- a. el momento en que ocurre algo _____
- b. el límite final de una acción _____

¿Crees que las palabras en negrita se refieren al presente, al pasado o al futuro?

¿Aparece en esas instrucciones alguna forma de subjuntivo?

Observa ahora estos ejemplos fijándote en las formas verbales que aparecen con **CUANDO** y **HASTA QUE**:

- *Es un niño muy educado. No se levanta nunca de la mesa **hasta que** se lo dicen sus padres.*
- ***Cuando** tengo dinero, suelo ir a la ópera todas las semanas.*
- ***Cuando** tenía dinero, iba siempre a la ópera.*
- *Siguió fumando **hasta que** el médico se lo prohibió.*

Intenta completar el cuadro con las palabras que aparecen al final:

Los nexos **cuando** y **hasta que** van seguidos de _____ si nos referimos al _____ y de _____ si hablamos del _____ o del presente.

PASADO SUBJUNTIVO FUTURO INDICATIVO



¡Vamos a practicar! ¿Hasta que o cuando?

1. No saques la carne del horno **HASTA QUE/CUANDO** yo te lo diga.
2. **CUANDO/HASTA QUE** tengas tiempo, pásate por mi casa para tomar un café.
3. **CUANDO/HASTA QUE** el aceite esté caliente, tienes que añadir la mezcla de perejil y ajo.
4. Estuvo trabajando **CUANDO/HASTA QUE** se hizo de noche.
5. **CUANDO/HASTA QUE** conduce, se pone muy nervioso.
6. Sigue intentándolo **CUANDO/HASTA QUE** lo consigas.

Relaciona las frases de los dos cuadros:

1. Sofríe la cebolla hasta que...
2. Cuando estuve en Londres...
3. Le esperé hasta que...
4. Estábamos cenando tranquilamente cuando...
5. Mi padre piensa trabajar como voluntario cuando...
6. La fiesta duró hasta que...

- a. ...oímos la explosión.
- b. ...se jubile.
- c. ...comience a tomar color.
- d. ...se acabaron las bebidas.
- e. ...me cansé.
- f. ...visité el British Museum.

ANTES DE QUE

12. Lee estas oraciones fijándote en las palabras subrayadas:

Añade el resto de los ingredientes antes de que hierva el agua

En aquella época empezaba a trabajar muy temprano, antes de que llegara el jefe

Completa el cuadro con la opción adecuada:

Utilizamos el nexos **antes de que** seguido siempre de una forma verbal en

_____ (a. **indicativo**; b. **subjuntivo**) para señalar el momento

_____ (a. **anterior**; b. **posterior**) a la realización de algo.

PARA TERMINAR



Ahora que ya sabes cómo funcionan estos nexos temporales, seguro que puedes contestar libremente a las siguientes preguntas:

1. ¿Hasta cuándo tendremos que estar aquí?
HASTA QUE _____.
2. ¿Cuándo te diste cuenta de que las cosas no iban bien?
CUANDO _____.
3. ¿Cuándo piensas devolverme el dinero que te presté?
CUANDO _____.
4. ¿A qué hora tenemos que llegar a la reunión?
ANTES DE QUE _____.
5. ¿Hasta qué hora estuvo usted en casa esa noche?
HASTA QUE _____.
6. ¿Cuándo sueles hacer deporte?
CUANDO _____.



13. Vas a ver un vídeo de cocina de un programa de televisión.
Escucha atentamente y responde a estas preguntas:

1. ¿Qué plato va a preparar? _____
2. Menciona algunas de las especias que componen el "curry"

3. Según el cocinero, ¿de dónde viene la palabra "curry"?

4. Enumera las distintas etapas de preparación del plato



Brocheta: varilla estrecha y con punta donde se ensartan pequeños trozos de alimentos

14. "Y nos dieron las uvas..."

EXPRESIONES	IDEAS QUE EXPRESAN
<p>1.(Dos amigos hablando) +¿Sabes qué me pasó el otro día en el metro? -No, ¿qué te pasó? +Pues algo increíble. Había mucha gente y casi no nos podíamos mover. Íbamos como sardinas en lata. De repente, una mujer que había a mi lado hablando con un chico le dio una torta y se bajó en la parada siguiente. -¡Qué raro!, ¿no?. Y ¿qué hizo el chico? +Nada, se puso como un tomate y empezó a leer el periódico.</p>	<p>A. Algo que está mal hecho.</p>
<p>2.(Dos amigas hablando) +A mi hija en el colegio le han pedido que haga un dibujo de Papá Noel para llevarlo a la clase. -¡Qué bien! ¿Y sabe dibujar? +Pues no, así que lo he hecho yo, pero ime ha salido un churrooooo! -A ver, pues no está tan mal mujer.</p>	<p>B. Hacerse tarde C. Ir muy juntos, apretados</p>
<p>3. (Dos compañeros de trabajo) +¿Sabes a quién vi el otro día? -No, dime +Pues vi a Carmen, ¿te acuerdas de ella? -Sí, si claro y ¿cómo está? +La verdad es que está como un fideo, ha cambiado muchísimo, fíjate que pesaba 90 kilos... -¿Le pasa algo? +No, me dijo que había seguido una dieta y que se había pasado.</p>	<p>D. Dar igual</p>
<p>4. (En la oficina) +De hoy no pasa, pienso ir a hablar con el director. No puedo vivir con este salario tan bajo. -Yo, que tú, lo dejaría para otro día, hoy está de mala leche y seguro que te va a decir que no.</p>	<p>E. Estar de mal humor</p>
<p>5.(Un padre a un hijo antes de salir de casa) +¡Vamos, daos prisa que nos van a dar las uvas! -Es que yo no encuentro el abrigo -Y yo tengo que coger la mochila, ¡ya voy!</p>	<p>F. Tener vergüenza</p>
<p>6. (Dos compañeras de clase) +¿Has visto la última película de Brad Pitt? -Pues no, la verdad es que no me gusta mucho ese actor. +¿Cómo puedes decir eso? Pero si está como un queso...</p>	<p>G. Pegar en la cara</p>
<p>7. (Dos hermanas hablando) + ¿Pero cómo te atreves a salir con esa ropa tan rara? -A mí me importa un pimiento lo que piense la gente +Bueno hija, no te pongas así</p>	<p>H. Ser atractivo/a I. Estar delgado/a</p>

15. Trabaja con tu compañero/ a

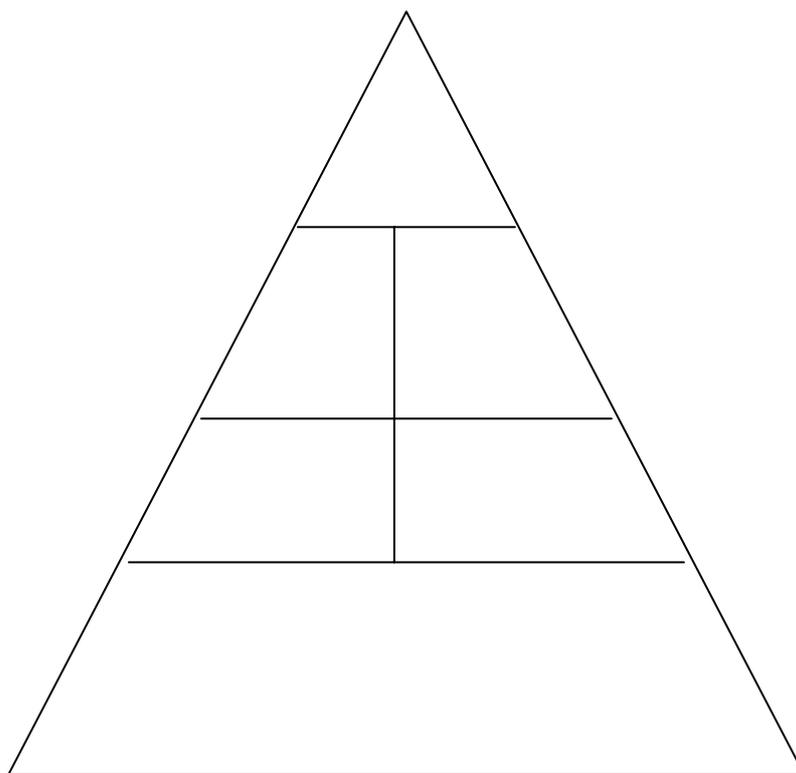
1. Me pongo como un tomate cuando _____
2. Di tres cosas que te importen un pimiento _____

3. ¿En qué ocasiones has estado con tus amigos "como sardinas en lata"?

4. ¿Qué es lo contrario de estar como un fideo? _____
5. ¿Qué personaje famoso está como un queso? _____
6. Dar una bofetada es lo mismo que _____



16. Escucha y completa la pirámide alimenticia con los alimentos que se mencionan:





17. Cuestionario de hábitos alimenticios. Pregunta a tu compañero/a.

- 1.- ¿Bebes menos de cuatro vasos grandes de agua al día?
- 2.- ¿Comes cuando estás aburrido, deprimido o como recompensa?
- 3.- ¿Comes carne roja más de tres veces por semana?
- 4.- ¿Le añades sal, azúcar, salsas a tu comida?
- 5.- ¿Bebes alcohol más de tres a cinco veces por semana?
- 6.- ¿Comes mucho durante la cena y picas mientras ves la televisión o antes de irte a dormir?
- 7.- ¿Bebes refrescos con gas, en lata o más de cinco tazas de café o té al día?



Si has respondido "Sí" a tres o más preguntas, deberías cambiar tus hábitos alimenticios progresivamente.



18.a. Lee el texto que te indique tu profesor/a. Trabaja con un compañero para extraer la información que creas más importante. Después, tendrás que hacer un pequeño resumen oral a tus otros compañeros.

A. COMIDA Y ESTILO DE VIDA

La comida cotidiana refleja la evolución de nuestra sociedad, del desarrollo tecnológico, de las influencias culturales y su globalización. El paso del tiempo hace que llamemos ahora "alimentos ecológicos" a aquellos que se cultivaban en las huertas hace más de medio siglo, cuando no se utilizaban de forma generalizada abonos químicos ni pesticidas. Entonces, nuestros abuelos consumían productos de temporada a los que no era necesario añadir apelativos como "artesano" o "sin aditivos ni conservantes". Su alimentación era la tan ensalzada dieta mediterránea, una sabia combinación de alimentos en la que el aceite de oliva, las frutas, verduras y legumbres tenían un lugar preferente, junto con un consumo moderado de vino de la tierra.

Antes, la comida tradicional, era una comida "estructurada" entendiéndose por esto un primer plato de legumbres o verdura, un segundo de carne o pescado y una pieza de fruta de postre. Poco a poco se está produciendo un abandono de la dieta mediterránea cuya fuente fundamental de materia grasa es el aceite de oliva, y cada vez se promocionan más los alimentos funcionales, aquellos enriquecidos con calcio o vitaminas, por ejemplo.

B. OTRAS MANERAS DE COMER

La comida rápida tampoco es para todos. En el polo opuesto existe un reducido número de personas que cuidan mucho su alimentación. Y si comer mal puede derivar en numerosas patologías, preocuparse en exceso de la comida que se ingiere- como hacen algunos seguidores de ciertas corrientes- puede llegar al extremo de "neurotizarse a la gente" en palabras del doctor Benito López.

Algunos tipos de dietas que podrían enmarcarse en lo que se ha dado en llamar *ecogastronomía*:

Macrobiótica: intenta alcanzar la salud a través del equilibrio entre las fuerzas del Yin y del Yang. Uno de sus preceptos es masticar a conciencia.

Naturismo o vegetarianismo: rechaza el consumo de alimentos procedentes del reino animal y de todo producto refinado.

Ovo-lácteo vegetarianismo: prescinde de carnes y pescados en su dieta pero incluye productos de origen animal, como la leche y sus derivados, y los huevos.

Slow Food: paciencia, respeto a los tiempos, comer despacio, dejar que los trabajos del campo y de la elaboración de alimentos se prolonguen lo necesario. Esta es la filosofía de la "comida lenta", un movimiento que quiere- con la recuperación de la gastronomía típica de cada región- que no nos convirtamos en un planeta de sabores universales.

C. BOCADILLOS, HAMBURGUESAS, PIZZAS, KEBABS...

Las prisas de hoy apenas nos dejan tiempo para disfrutar de la buena mesa del ayer y mucho menos para preparar una comida rica y equilibrada. El ritmo que llevamos debe de ser muy acelerado si nos fijamos en la espectacular proliferación de los establecimientos de fast food, lo que nos da una idea de la fuerte demanda existente de comida rápida. La Federación Española de Hoteles y Restaurantes (FEHR) dice que estos locales registraron su mayor incremento en el año 1995, con un aumento del 39% respecto al ejercicio anterior. En los años 1996, 1997 y 1998 el aumento fue del 20%. A partir de entonces, su evolución comenzó a ser más modesta.

Y en casa también la comida es rápida. En el País Vasco, una comunidad afamada por su cultura culinaria, el tiempo medio por persona dedicado a cocinar, según la última Encuesta de Presupuestos de Tiempo del Instituto Vasco de Estadística, Eustat, que se remonta a 1998, era de 55 minutos. Está claro que es más rápido freír un filete que elaborar un guiso tradicional, por ejemplo, de patatas con bacalao. Así, en los últimos años, se observa en España también una disminución del consumo de hidratos de carbono (pan, arroz, patatas...) y un aumento de productos de origen animal (carne, leche y huevos) y de grasas saturadas (bollería y pastelería).

www.consumer.es
eroski (textoadaptado)



b. Para comprobar si has entendido bien los textos, completa estas frases.

1. Los alimentos ecológicos carecen de _____
2. La dieta mediterránea consiste en _____
3. ¿En qué tipos de dietas no se consume carne ni pescado? _____
4. Los establecimientos de comida rápida o *fast food* son una consecuencia directa de _____
5. En España ha aumentado el consumo de _____



RECUERDA

IMPERATIVO AFIRMATIVO

.- Sólo hay dos formas : para **TÚ Y VOSOTROS**

.- **TÚ**: su imperativo es como la tercera persona de singular del presente de indicativo.

Pasa, por favor

Hay ocho excepciones

	Poner	Pon	Ser	Sé
Decir		Di	Ir	Ve
Hacer		Haz	Tener	Ten
Salir		Sal	Venir	Ven

Los pronombres van **detrás**: *Ponlo*

.- **VOSOTROS**: su forma es como el infinitivo pero sustituyendo la -r final por **-d**.

Empezar > Empezad, por favor

.- Con **USTED Y USTEDES** se usan las formas del presente de subjuntivo:

Vuelva pronto

Vuelvan pronto

.- **El imperativo negativo** se forma con las formas del presente de subjuntivo.

TÚ	No hables No cierres No empieces No pagues	No comas, no escribas No tengas, no salgas
VOSOTROS	No habléis No cerréis No empecéis No paguéis	No comáis, no escribáis No tengáis, no salgáis

Los pronombres van **delante**: *no lo pongas*



PARA AYUDARTE



Una pizca de sal: 2-3 gramos
Una pizca de pimienta molida: 1-2 gramos
Una cucharadita de café: 4-5 gramos
Una cucharada sopera rasa: 12-14 gramos
Una cucharada sopera colmada: 12-14 gramos
Líquidos:
 Un vaso normal: de 2 a 2.5 decilitros
 Un vasito: de 1 a 1,5 decilitros

PROYECTO FINAL

EL RECETARIO VIAJERO

Cuando recibas el recetario viajero, tendrás dos días para incluir tu receta. Esta debe tener las siguientes características:

- Ser un plato tradicional de tu familia
- Ser un plato que te guste mucho
- Ser un plato típico de la cocina de tu país
- Debe aparecer información adicional sobre el origen del plato, curiosidades,...
- Además de los ingredientes y la preparación, hay que indicar la manera de servirlo y las bebidas que lo acompañan

FICHA DE AUTOEVALUACIÓN

1. ¿Qué hemos hecho en esta unidad didáctica?
2. ¿Qué he aprendido?
3. He hecho las actividades propuestas
 - Todas
 - Casi todas
 - Algunas
4. He hablado en español
 - Casi siempre
 - Muchas veces
 - Poco
5. He aprendido todas estas palabras nuevas:
.....
6. ¿Qué te ha parecido
 - más útil
 - más interesante
 - más aburrido?
7. Ahora creo que puedo escribir o contar una receta en español:
 - Sí, sin problemas
 - Con un poco de ayuda
 - Con dificultad
 - No, creo que no puedo
8. ¿Sigues teniendo las mismas creencias sobre la gastronomía de los distintos países?
9. Valora tu trabajo en esta unidad:

1	2	3	4	5
(-)				(+)