



GUÍA N°1

TEMA: “OPERACIONES PRELIMINARES DE LIMPIEZA”
MÓDULO : Elaboración de alimentos de baja complejidad

Nombre: _____ **Curso 3°** **Fecha:** ____/____/2020

Aprendizaje esperado :

Aplica técnicas de cortes en alimentos de origen vegetal, aplicando las normas de higiene, haciendo uso eficiente de los insumos y disponiendo de los desechos de forma responsable, considerando la prevención de riesgos propios de la actividad.

INSTRUCCIONES

LEA la guía enviada, Imprima la guía (o de lo contrario cópiela en su cuaderno) y péguela en el cuaderno de ELABORACIÓN, realice la actividad entregada al final de la guía. EN CASO DE DUDAS ENVIARLAS AL CORREO gastronomiacestarosa@gmail.com

OPERACIONES PRELIMINARES DE LIMPIEZA

Las operaciones preliminares de limpieza tienen por objetivo eliminar la materia no deseada en los alimentos (piedrecilla, tierra, hojas y otros). También sirven para rebajar la carga microbiana, como también proteger la salud de las personas.

Las operaciones de limpieza de frutas y verduras se dividen en :

- a) EN AGUA
- b) EN SECO.

Las operaciones de limpieza en agua son :

- 1.- Lavar
- 2.-Desaguar
- 3.- Remojar
- 4.-Blanquear
- 5.- Secar.

Las operaciones de limpieza en seco son :

- 1,- Pelar
- 2.- Raspar
- 3.- Desgranar
- 4.- Despuntar/deshilar
- 5.- Deshuesar
- 6.- Deshojar
- 7.- Descascarar
- 8.-Romper
- 9.- Rallar
- 10.- Apartar
- 11.- Vaciar.

Descripción de cada operación de limpieza.

En agua

Lavar : Lavar en agua corriente sobre el alimento. Ejemplo manzana, durazno, uva

Desaguar : Agregar agua fría o tibia para liberar olores o sabores fuertes o salados Ejemplo : cebolla

Remojar : Colocar en el agua el alimento previamente lavado , se hidrata por horas para limpiar y eliminar impurezas.
Ejemplo : porotos, lentejas, garbanzos

Blanquear : Agregar agua hirviendo sobre el alimento o sumergirlo para quitar la cáscara. Ejemplo : tomates

En seco

Pelar : Quitar la cáscara delgada con un cuchillo (puntilla) Ejemplo : papas ,manzanas, duraznos.
 Raspar : Quitar la cáscara delgada raspando con un cuchillo. Ejemplo : Zanahoria.
 Desgranar : Sacar de la vaina los granos de legumbres. Ejemplo : porotos granados, arvejas, habas.
 Despuntar / Deshilar : Consiste en sacar la punta e hilo de la verdura Ejemplo : porotos verdes.
 Deshuesar : Quitar el hueso a frutas y verduras. Ejemplo : durazno, aceituna, palta.
 Deshojar : Consiste en quitar las hojas externas a verduras. Ejemplo : choclo, repollo, lechuga.
 Descascarar : Consiste en sacar la cáscara gruesa a frutas. Ejemplo : plátano , naranja.
 Romper :Consiste en romper la cáscara gruesa de los frutos secos
 Rallar : Consiste en extraer el zeste de sustancias aromáticas . Ejemplo : naranja, limón, pomelo.
 Apartar : Consiste en apartar los desechos de los alimentos (piedras, palitos, hojas) . Ejemplo : lentejas.
 Vaciar : Consiste en sacar el contenido interior de alimentos que contengan pulpa o pepas . Ejemplo : melón , zapallo.

Actividad

I.- Conteste las siguientes preguntas

- 1.- ¿Qué diferencia existe entre la operación de limpieza blanquear y raspar?.
- 2.- ¿En qué consiste desaguar? De un ejemplo.
- 3.- ¿ Qué diferencia existe entre deshuesar y desaguar?.
- 4.- ¿ Qué es desgranar?.
- 5.- ¿Qué es rallar? ; de tres ejemplos.
- 6.- ¿En qué consiste vaciar?.

II.- Pinte del mismo color el término con la definición correspondiente.

Lavar

Quitar la cáscara delgada o raspar con un cuchillo

Desaguar

Agregar agua hirviendo sobre el alimento o sumergirlo para quitar la cáscara.

Deshuesar

Quitar el hueso a frutas y verduras.

Romper

Romper la cáscara gruesa de frutos secos.

Blanquear

Agregar agua tibia o fría, se usa para liberar olores fuertes

Raspar

Lavar en agua corriente sobre el alimento.

III. Encuentre 17 conceptos en la sopa de letras, realice 6 oraciones con 6 conceptos encontrados, destaque el concepto.

A	P	A	R	T	A	R	R	D	L	D	R	I	O	R	O	M	A
V	M	E	L	O	N	E	E	A	E	O	R	X	A	R	D	M	R
A	M	O	R	Y	M	S	V	S	M	E	T	J	O	E	R	A	B
C	M	R	Ñ	O	A	A	H	P	P	P	O	Q	S	R	T	L	S
I	T	U	J	G	R	U	E	M	X	H	Y	G	Z	N	A	R	O
A	M	A	U	T	E	R	O	T	S	I	R	A	U	N	A	R	O
R	R	A	T	S	O	R	M	E	B	A	Y	P	Q	Q	R	T	R
A	R	T	A	M	I	A	D	T	N	R	S	U	B	A	T	A	T
T	A	R	E	R	O	L	D	A	T	E	E	O	L	R	S	B	O
A	L	E	L	U	Y	L	R	I	D	A	T	E	R	P	B	O	S
F	R	A	I	L	E	A	M	O	R	I	P	T	A	L	O	N	D
E	H	R	M	A	N	R	I	O	R	O	M	R	E	I	R	S	E
P	A	L	I	T	O	S	T	E	A	M	O	M	N	O	M	I	L