



## 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](mailto: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