

la gastronomía

La gastronomía mexicana

1. El elote o maíz tierno-f; El aguacate-b; El chile o pimiento-c; El nopal-d; El achiote-a; Los frijoles o judías-e.
2. Los tacos-b; Los burritos-d; Las enchiladas-c; El guacamole-g; El mole-h; Las quesadillas-a; Los tamales-e; Los uchepos dulces-f.

La cocina de México

1. a-2; b-2; c-2; d-3; e-3.
2. a. La gastronomía mexicana se caracteriza en el resto del mundo por su **gran variedad de sabores distintos**; b. Casi cada estado mexicano posee **sus propias recetas y tradiciones culinarias**; c. El uso de las especias **varía según la región**; d. El mole es **la base fundamental de una gran cantidad de recetas**; e. La cocina mexicana cuenta con **recetas milenarias**; f. Los platos más típicos que podemos encontrar **en muchos restaurantes son los tacos, los tamales, las enchiladas, los burritos y las quesadillas**.
3. a. mexicana, española, francesa, italiana, africana, cubana; b. distintos, inigualable, fuertes, picantes; c. el achiote, el perejil, la pimienta, el cilantro, el orégano.

Burritos de carne o de pollo

1. 1-d, Doblar los extremos de la tortilla hacia adentro y enrollar los burritos. 2-c, Poner la salsa al gusto; 3-a, Freír en una sartén con aceite la cebolla, el pimiento y la carne; 4-e, Servir los burritos y comerlos calientes; 5-b, Hacer la tortilla. A continuación, poner los ingredientes de la sartén en el centro y añadir lechuga.
2. a; c; f.
3. a-3; b-5; c-1; d-2; e-4.
4. a. El burrito es un platillo que consiste en una **tortilla de harina de trigo** grande enrollada en forma cilíndrica y rellena de **carne de res** o de pollo y de **frijoles** cocidos; b. El taco es una tortilla normalmente **de maíz** más pequeña y doblada **por la mitad**, que se rellena también de distintos alimentos. Aunque normalmente no, puede llevar alguna **salsa**; c. La quesadilla es un **taco** que se rellena, principalmente, de **queso** y, muchas veces, también de otros alimentos; d. La versión estadounidense (tex-mex) del taco con las fajitas, tacos preferentemente de **trigo** que se sirve separado el **relleno** de las totillas: cada persona se las toma a su gusto.

Elena Reygadas

1. a. dependientes; b. oído; 3. Salado; d. cuenta; e. aislamiento; f. freno.
2. a. ambiente relajado; b. comida fácil; 3. Visita frecuente; d. trato personal/íntimo; e. público heterogéneo; f. raíces españolas; g. dieta balanceada; z. rurales.
3. a-6; b-1; c-5; d-8; e-4; f-2; g-7; z-3.

La gastronomía peruana y andina

1. a. El limón verde o la lima, El ají o pimiento amarillo, La palta o el aguacate; b. La quinua, La soya o soja, El choclo o maíz morado; c. La papa o patata amarilla.
2. La causa limeña-b; El tamal-d; El ají de gallina-a; El arroz chaufa-e; El lomo saltado-f; El ceviche-c.

La cocina de Perú y de los Andes

1. a. La variedad de sus platos fue aumentando **según crecía la mezcla de sus culturas**; b. La fusión peruano-hispana creó platos como **la causa limeña**; c. La influencia china también generó **nuevas propuestas culinarias**; d. las nutritivas pastas llegaron por **migrantes italianos**; e. La cocina novandina utiliza los **ingredientes autóctonos y los emplea en preparaciones modernas**; f. Se trata pues de experimentar con **los productos del lugar**.
2. Una de las cocinas más famosas del mundo es la peruana-La fusión de la cocina peruana con otras se debe a su intercambio cultural-La influencia española se ve en la causa, los tamales o los ajís-La influencia china también generó nuevas propuestas culinarias-Las pastas llegaron por migrantes italianos-El ceviche de pescado, plato bandera peruano, nace por la fusión con la cocina nipona-La cocina novoandina introduce ingredientes autóctonos.

Ceviche de pescado

1. Tiene que **cortar** el pescado en cuadrados de 2 a 3 cm o lonchas finas; 2. En un bol de cristal o de metal tiene que **frotar** el ají, esto es para conseguir el aroma propio de este ají. Luego, puede **añadir** pequeños trozos de ají al gusto, pero con cuidado porque es muy picante; 3. A continuación, tiene que **poner** dentro del bol el pescado cortado y **exprimir** los limones sobre el pescado directamente. El jugo (zumo) tiene que **cubrir** el pescado. Puede añadir sal y pimienta al gusto, y tiene que poner media cucharita de ajo molido, cebolla y un poco de cilantro picado; 4. Tiene que **enfriar** la preparación. Por ejemplo, puede meterla en el *frigider* o congelador 3 minutos; 5. Tiene que **reposar** unos minutos más; 6. Para servir, puede **decorar** el plato con una hoja de lechuga, unos trozos de camote (batata) y tiene que colocar el ceviche en el centro, acompañado de choclo (maíz).
1. a. En cuadrados o en lonchas finas; b. En un bol; c. Con ají; d. El jugo o zumo de los limones o limas; e. Metiendo el pescado en el *frigider* o congelador durante 3 minutos; f. Unos minutos; g. con hojas de lechuga, trozos de camote o batata y granos de choclo o maíz.
2. a. arroz; b. ajo; c. freír; d. sartén.
3. a-3; b-1; c-2; d-5; e-4.

Pedro Miguel Schiaffino

1. a. Su programa de televisión Desde el jardín está centrado en los productos y en los productores. ¿Qué importancia tienen para usted? Que es vital para un cocinero conocer los productos y aprende mucho de los productores; b. ¿Podría decirme cuáles son esos tres ingredientes que siempre funcionan en un palto? Que siempre funciona; c. Respuesta libre.
2. a-2; b-2.
3. Respuestas libres.

La gastronomía rioplatense

1. 1-c; 2-e; 3-b; 4-d; 5-a; 6-f; 7-h; 8-g.
2. Las empanadas-c; Los alfajores-g; Los ñoquis-d; El chimichurri-b; El churrasco-a; El locro-h; La carbonada en zapallo-f; El matambre-e.

La cocina de Río de la Plata

1. a-2; b-1; c-1; d-2.
2. a-pescado crudo; b-paella; c-soja; d-puchero.

Churrasco argentino

1. a. El vacío de ternera es un plato de **carne argentino**; b. Se suele preparar **con (salsa) chimichurri**; c. La parrilla tiene que estar **muy caliente**; d. La guarnición puede ser **verduras**,

patatas o arroz blanco; e. La salsa chimichurri es una preparación perfecta para **carnes a la parrilla**; f. Para elaborar esa salsa no se necesitan muchos **ingredientes**.

2. a. V; b. F; c. F, d. V; e. V.
3. a-4; b-1; c-5, d-3; e-2.

Juan Pablo Clerici

1. a. Los hongos *Lactarius deliciosus* y los mejillones; b. A los 16 años empezó a trabajar en un restaurante suizo en Punta del Este; c. Porque para él es más importante el producto que la intervención en la cocina; d. La carne de vaca, la corvina, la papa y el aceite de oliva; e. En el País Vasco; f. Que pasará y se volverá a la cocina sencilla.
2. a. Suiza; b. choclo; c. mezclado; d. director; e. desayunar; f. tinta de calamar.
3. a-9; b-2; c-5; d-3; e-4; f-6; g-8; h-7; i-1; j-11; k-10.

La gastronomía caribeña

1. 1-b; 2-g; 3-e; 4-c; 5-h; 6-f; 7-a; 8-d.
2. El ajíaco-c; La arepa-b; La cachapa-e; El cazabe de yuca-f; El congri-h; Los frijoles durmientes-g; La hallaca-d; Los camarones al curri-a.

La cocina del mar Caribe

1. a. F; b. F; c. F; d. F; e. F; f. V.
2. FRUTA: el plátano caribeño, el mango la lechosa o papaya, la banana, el maracuyá; CARNE: el puerco o el cerdo, el pollo, la carne molida; PRODUCTO DEL MAR: la langosta, el camarón, el cangrejo.
3. Respuestas libres.
4. Respuestas libres.

Camarones con leche de coco al curri

1. a-4; b-1; c-5; d-2; e-3.
2. a. Fritos en aceite con cebolla, ajo, sal y pimienta; b. En una sartén; c. Leche de coco; d. En cuadraditos pequeños; e. En la sartén con los demás ingredientes; f. Con ensalada de aguacate o con ensalada de tomate.
3. a-2; b-3; c-1; d-5; e-4.
4. **Se fríen** en una sartén los camarones en el aceite con la cebolla finamente picada, el ajo, la sal y la pimienta. **Se agrega** el pimiento y el tomate picados en cuadritos pequeños. **Se mezcla** y **se deja** cocer unos minutos. **Se añade** la leche de coco, el coco rallado y curri en polvo. **Se incorpora** el arroz y **se mezcla** bien. **Se vierte** el agua, **se tapa** y **se deja** cocinar a fuego lento (aproximadamente 20 minutos desde que comenzó a hervir). **Se corte** finamente el ají y **se coloca** sobre el arroz y **se deja** reposar un minuto antes de servir. Este plato rinde para 6 personas y puede acompañarse con ensalada de aguacate o de tomate cortado en rodajas.

Andrea Dopico

1. a-3; b-3; c-1.
2. los sabores, los productos, los estudios, el estilo, el aprendizaje, el esfuerzo.
3. **Los sabores:** el postre es el momento de recorrer diferentes sabores a medida que te lo vas comiendo; **Los productos:** La fruta: la piña, el maracuyá, el plátano, el mango; **Los estudios:** Me gradué en Publicidad y Relaciones Públicas en la universidad de Madrid [...] y comencé mis estudios en el *Pacific Institute of Culinary Arts* de Vancouver; **El estilo:** quiero que mi trabajo sea elegante y que se vea feminidad. Quiero que mi estilo personal y mis postres sean algo etéreo, visualmente lindo, delicado y que sean una pincelada, no una bomba; **El aprendizaje:**

comencé a trabajar junto al chef Carlos García; **El esfuerzo:** La belleza está en superarnos a nosotros mismos, aún más allá de lo que creíamos posible.

La gastronomía del sur

1. La harina-b; La torta del Casar-e; El aceite-d; El jamón-c; El pimentón-a.
2. Las migas-b; El tocino de cielo-f; El atún encebollado-c; El gazpacho-a; El *pescaíto* frito-d; Los alfajores-e.

La cocina del sur

1. a. el rabo de toro, caldereta de cordero, pepitoria de gallina, pato a la sevillana; b. el gazpacho, el ajoblanco, el salmorejo; c. la perdiz, el conejo, el jabalí y la liebre; d. las gambas, la tortillita de camarones, la tortilla de patata; e. chorizo, lomo, salchichón.
2. a. La gastronomía andaluza es muy variada debido a las diferentes culturas que la han habitado y a la **diversidad de tierras y climas**; b. Hay diversas maneras de preparar el pescado: **frito**, a la sal, **al horno** y **cocido**; c. Destaca el uso de las especias en la preparación de platos de **carne**; d. Los postres de la cocina andaluza tienen mucha influencia árabe; e. En Extremadura el animal más importante para la gastronomía es **el cerdo ibérico**.
3. a. celtas; b. ternera con tomate; c. coco; d. picante.
4. 1. Los romanos: c, e y f; 2. Los árabes: a, b y d.

Gazpacho

1. b-d-f-a-e-c.
2. a. F; b. F; c. V; d. F.
3. a, c, f, h.
4. Respuestas libres.
5. a. **Limpia** bien los tomates y **lava** toda la verdura que vamos a emplear. Hay que tener en cuenta que es una receta que no va cocinada, todo tiene que estar bien limpio. **Corta** en cuartos los tomates y **añádelos** al vaso de la batidora; 2. **Pela** los pepinos y **córtalos** los extremos. **Córtalos** en trocitos pequeños. **Corta** del mismo modo la cebolla pelada y el pimiento verde. **Reserva**; 3. **Corta** el pan en trozos pequeños y **añádele** un poco de agua, **déjalo** reposar durante unos 10 minutos. Será mucho más fácil de batir; 4. **Pela** el diente de ajo y **añádelo** al tomate y las demás hortalizas; 5. **Echa** el aceite de oliva, el vinagre y la sal. **Tritura** en la batidora hasta que quede una salsa líquida; 6. **Pasa** esta salsa por un colador; 7. **Prueba** si está bien de sal y, si no, **rectifica**; 8. **Mete** el gazpacho en la nevera un par de horas; 9. **Sírvelo** con trocitos pequeños de las verduras utilizadas; 10. **Tómalo** muy frío.

Ángel León

1. a. F; b. V; c. F; d. V.
2. a. Cuando era pequeño salía a pescar y, como a su madre no le gustaba limpiarlo, empezó a hacerlo él; b. La gente no entendía el trabajo que quería hacer; c. Está en un molino de mareas en la Bahía de Cádiz y está especializado en productos del mar; d. En el mar.
3. a. familiarizarse; b. aficionado; c. tripulación; d. infancia.
4. a-2; b-3; c-1; d-4.

La gastronomía levantina

1. Aceite de oliva, Cebolla y ajo, Cereales, Distintos tipos de pescados y mariscos, Frutas variadas, Verduras de hoja verde.

- 1-d, Horchata de chufa; 2-a, Calçots con salsa romesco; 3-f, Crema catalana; 4-b, Canelones con salsa bechamel; 4-c, Butifarra con alubias blancas (mongetes); 6-e, Paella de pescado, de pollo, mixta...

La cocina del Mediterráneo

1. a.2; b.1; c.3; d.2; e.1.
2. a. dentro de, F; b. de, V; c. de, F; d. en, F; e. de, V.

Coca de recapte

Se (1) **hace** con ajo y aceite de oliva, como indica su nombre. Se (2) **ponen** en el mortero los ajos, se añade sal y se (3) **machacan** mucho, para sacarles el jugo. Se (4) **incorpora** el aceite poco a poco, casi gota a gota, y, al mismo tiempo, se (5) **remueve** con la mano del mortero. Al principio el sabor y el olor a ajo es muy fuerte, pero poco a poco (6) **disminuye**. Para un mortero de alioli normalmente dos ajos son suficientes, aunque se puede (7) **añadir** uno o dos más para obtener un sabor más fuerte en ajo y un poco picante. Al final se (8) **rectifica** de sal.

1. Dos dientes de ajo, 50 ml de aceite de oliva y una pizca de sal. 1-e; 2-a; 3-c; 4-B; 5-d.
2. a, c, f, g, i.
3. a-3; b-1; c-5; d-2; e-4.
4. Originalmente, las cocas de recapte eran solo de productor de la huerta, pero hoy admiten todo tipo de alimentos (anchoas, huevo, embutidos, jamón... Respuestas libres.

Carme Ruscalleda

1. a. F; b. F; c. V; d. F; e. V.
2. a. natural; b. feliz; c. pureza; d. privilegiada.
3. a. cuando habla con los medios; b. técnicas nuevas, pureza; c. coincide con ellos; d. la tienda de sus padres, su restaurante; c. inconformista, positivo.

La gastronomía del norte

1. DE LA TIERRA: las alubias o fabes, la morcilla; DEL MAR; pescados: las anchoas, la merluza; DEL MAR, mariscos: el centollo, las almejas, el pulpo, los percebes.
2. El arroz con leche-i; Las anchoas-j; El cachopo-d; el cocido montañés-e; la cuajada con miel-k; la empanada-h; la fabada-g; El lacón con cachelos-a; el marmitako-b; los sobaos-l; la tarta de Santiago-c; el txangurro-f.

La cocina de la España Verde

1. a. V; b. F; c. F; d. V; e. F; f. V; g. F; h. V; i. F; j. V.
2. a. el marisco; b. el Cabrales; c. potes; d. las anchoas; e. el País Vasco/Euskadi.
3. a. 1; b. 1; c. 1; d. 3; e. 2.

Fabada asturiana

1. a, c, e, f.
2. Respuestas libres.
3. **Se ponen** las alubias en remojo de víspera. En otro cuenco con agua templada **se ponen** en remojo el chorizo y la morcilla. Y en otro, la panceta y el jamón. En el momento de cocinar, **se escurre** todo; 2. **Se introducen** las alubias y **se cubren** con agua en una olla rápida. **Se añaden** el chorizo, la morcilla, la panceta y el jamón; 3. **Se pelan** una cebolla y los dientes de ajo y **se incorporan**; 4. **Se sazona** con sal al gusto; 5. **Se tapa** y **se cocina** durante 8 minutos a partir de que suba la válvula de seguridad; 6. **Se abre** la olla y **se retiran** a un plato la cebolla y los ajos. **Se reservan**; 7. **Se desgrasan** las alubias con la ayuda de una cuchara; 8. **Se introducen**

la cebolla y los dientes de ajo en un vaso batidor, **se añaden** algunas alubias y **se tritura** con una batidora eléctrica; 9. **Se incorpora** a la olla con las alubias; 10. **Se cocina** todo a fuego lento durante 10 minutos y **se sirve** en un plato hondo. **Se decora** con una ramita de perejil.

Juan Mari y Elena Arzak

1. a. F; b. F; c. V; d. F; e. V; f. V; g. F; h. F.
2. Respuestas libres.

La gastronomía de la meseta

1. 1-b, 2-f, 3-a, 4-g, 5-e, 6-d, 7-h, 8-c.
2. El lechazo asado-h; El cocido-b; Los huevos estrellados-e; El pisto manchego-d; Los callos a la madrileña-c; la menestra-f; Las gachas manchegas-a; Las migas manchegas-g.

La cocina de las dos Castillas y Madrid

1. a. Una necesidad; b. Se utiliza mucho la carne de cordero y también las legumbres; c. Cocina sencilla y rural.
2. a. Castilla y León es **la mayor de las comunidades autónomas** y en ella hay **fiestas y festivales** gastronómicos; b. La base principal de esta gastronomía es **la carne de cordero**; c. En la Edad media, la comida era **una necesidad** porque **había mucha hambre**; d. La cocina de Castilla-La Mancha es una mezcla de **campo y río**; e. La cocina de Madrid es famosa por **adoptar los platos típicos de las regiones de España**.
3. Miguelitos-e; Pestiños-a; Mantecadas de Astorga-d; Yemas de Santa Teresa-c; Torrijas-b.
4. a. El cordero, los judiones de La Granja, las judías de El Barco, las lentejas de Palencia, los garbanzos de Fuentesauco, la morcilla; b. *Cantar de Mío Cid* y *Don Quijote*; c. Los judiones de La Granja, la sopa de ajo, el cocido madrileño; d. La Granja, El Barco, Palencia, Fuentesauco, el Bierzo, Almagro, Astorga.
5. a-M; b-C; c-C; d-M; e-C; f-C.

Sopa castellana

1. 1-e, Añades sal al gusto de la apersona; 2-c, Añades caldo; 3-a, Fríes en aceite ajos y jamón; 4-d, Añades el huevo y lo mezclas todo; 5-b, Añades el pan y lo remueves.
2. a, c, d, k, l.
3. Primero **fríe/fría** en aceite los ajos y el jamón en una cazuela de barro. Cuando los ajos están dorados, **añade/añada** el pan y, luego, **remueve/remueva** con una cuchara de madera. **Retira/Retire** del fuego y **añade/añada** el pimentón dulce y el caldo. A continuación, **añade/añada** el huevo y **mézclalo/mézclelo** todo. **Cuécelo/Cuézalo** unos 20 minutos, a fuego muy lento. **Añade/Añada** sal a gusto de la persona.

Javier Aranda

1. a. El equipo; b. Estaba acostumbrado a la disciplina y no funcionó; c. Es la base de su creatividad y trabajo; d. Que tiene que ser positivo y seguir trabajando para que los clientes se sientan como en casa.
2. a-2; b-2; c-1; d-1; e-3.