

NOVIEMBRE 2024

ESCUELAHOSTELERIALARIOJA.COM

EN EL CAMINO



VOL. 01

CAMINO[®]
SANTIAGO
C.I.P.F.P. / HOSTELERÍA Y TURISMO

Colaboradores:

Lass Adams (1º GB)
Aritz Ernesto Almario (1º GB)
Yassir Bentaouyt (1º GB)
Juan Diego Canamari (1º GB)
Erik Cardaba (1º GB)
Marco Corral (1º GB)
Andrés Eguizábal (1º GB)
Jingou Guo (1º GB)
Antonio Hernández (1º GB)
Yanely Jiménez (1º GB)
Sofía Manrique (1º GB)
Laura Martínez (1º GB)
Brayan Peña (1º GB)
Wendy San Martín (1º GB)
Rodrigo Silva (1ºFPB)
Luca Terenzio (1º GB)
Paula Terroba (1º GB)
Nicol Valeria Urrea (1º GB)

Sara Corrales (2º GB)
Zornica Kaloyanova (2º GB)
Érica Martín (2º GB)
Adrián Rodríguez (2º GB)
Morgana Sánchez (2º GB)
Alejandro Zambrano (2º GB)

Agradecimiento especial a:

María Teresa Cacho Alonso
Jesús García Sierra
Mónica Garrido Ruiz
Sara Gómez Murillo
Ana María Larrea Arzubialde
Sara Lerena Murillo
Félix Montenegro López

EN EL CAMINO

ÍNDICE



02

—
ALUMNOS DE 1º

03

—
NUESTRO MENÚ

10

—
LAS
OPORTUNIDADES

12

—
CONOCEMOS EL
MUNDO

22

—
ATENCIÓN AL
CLIENTE

24

—
MANUALIDADES

25

—
CURIOSIDADES

26

—
ALUMNOS DE 2º

27

—
ACTIVIDADES

28

—
RECETAS DE OTOÑO

34

—
EL CENTRO

EN EL CAMINO

01

1º FPB

¡Hola! Nos presentamos, somos los alumnos y alumnas de 1ºFPB, somos un grupo muy diverso, ¡pero tenemos muchas cosas en común y una de ellas es que nos encanta cocinar! Cada mes os enseñaremos a elaborar un menú entre una selección de platos elaborados durante nuestros talleres.

El menú contará con tres platos: Aperitivo, primero y segundo plato. ¡Intentaremos explicarnos de la mejor manera y aportar alguno de nuestros trucos para que la recetas os queden siempre de 10!



MENÚ DE NOVIEMBRE:

- ★ **CROQUETAS DE HUEVOS FRITOS
CON CHORIZO**
- ★ **ENSALADILLA RUSA**
- ★ **PECHUGAS VILLEROY CON
PATATAS REJILLA**



CROQUETAS DE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO

Dificultad: ★ ★

Alérgenos: Huevo, gluten, leche

Número de raciones: 30uds aprox.

Tiempo: 2 horas y 30 minutos

Ingredientes:

90 grs de harina

90 grs de mantequilla

1 cebolla

150 grs chorizo

6 huevos

Pan rallado

Harina

0,5 litros Aceite de oliva suave

S/c Sal

Preelaboración:

Picamos la cebolla en brunoise, picamos el chorizo.

Pesamos todos los ingredientes.

Elaboración:

Levantamos (hervir) la leche.

Pochamos la cebolla en mantequilla, una vez transparente añadimos el chorizo y sofreímos también. Añadimos la harina y realizamos un roux, dejamos cocinar la harina hasta que deje de oler a crudo. Añadimos la leche en varios viajes mientras mezclamos con unas varillas. Trabajamos la bechamel el tiempo suficiente para que quede bien fina y sin grumos. Una vez finalizada la bechamel, dejamos atemperar.

Freímos dos huevos, sacamos del aceite y escurrimos bien la grasa.

Picamos en paisana y añadimos sobre la bechamel atemperada. Mezclamos homogéneamente.

Echamos la bechamel sobre un recipiente para enfriarla.

Una vez fría la bechamel, empezamos a bolear las croquetas con la ayuda de dos cucharas o tirándolas con manga.

Empanamos las croquetas pasándolas por pan rallado, huevo batido y pan rallado.

Una vez boleadas las freímos en aceite bien caliente a unos 185°C.

Escurrir sobre papel absorbente y ¡a disfrutar!



Truco del almendruco:

Para que el huevo no cuaje en exceso y tenga sabor a a frito, los añadimos una vez realizada la bechamel y cuando este atemperada y no queme, mezclamos homogéneamente.

Cuando dejamos enfriar la bechamel ponemos film a piel para que no salga costra.

ENSALADILLA RUSA

Dificultad: ★

Alérgenos: Huevo, sulfitos y pescado.

Número de raciones: 4 raciones aprox.

Tiempo: 1 hora y 45 minutos

Ingredientes:

300 grs patata nueva
240 grs (4 uds) zanahorias
3 Huevos
50 grs guisante (congelado fino)
80 grs atún en escabeche
50 grs aceituna sin hueso
25 grs Aove
20 grs vinagre
S/c Sal

Preelaboración:

Lavamos bien las patatas y pelamos las zanahorias.

Elaboración:

Cocemos las patatas con piel y las zanahorias hasta que estén tiernas.
Cocemos los huevos durante 10 minutos con sal y vinagre.
Cocemos los guisantes a la inglesa y refrescamos con agua y hielo.
Pelamos las patatas y huevos, cortamos en cuarto de luna patata, zanahoria y huevo.
Añadimos los guisantes, la aceitunas cortadas en rodajas y el atún desmigado.
Aliñamos con aove, vinagre y sal.
Mezclamos con la mahonesa hasta que este jugosa pero no sea excesiva.
Probamos y ponemos de punto de aceite, vinagre y sal si fuera necesario.

Emplatado llenamos un molde cilíndrico con la mahonesa, añadimos una rodajas de aceituna por encima y rallamos la yema de un huevo. ¡A disfrutar!





Truco del almendruco:

Lo ideal de la ensaladilla es mezclar la patata cuando este atemperada pero no fría, para que así se impregne bien de todos los sabores.

PECHUGAS VILLEROY

Dificultad: ★

Alérgenos: Huevo, gluten, leche

Número de raciones: 4 raciones aprox.

Tiempo: 2 horas

Ingredientes:

600 grs de pechugas de pollo (2 uds)

750 ml leche

75 grs mantequilla

75 grs harina

Nuez moscada

Sal

Pimienta

Laurel

Zanahoria

Cebolla

3 huevos

Harina

Pan rallado

0,5 litros de aceite de oliva suave

100 grs de patatas



Preelaboración:

Fileteamos las pechugas de pollo.

Pelamos las patatas y las cortamos con una mandolina, para hacer el corte de rejilla.

El corte se hace con la cuchilla dentada que hay en parte inferior, pasamos un viaje el corte y para el siguiente corte giramos la patata 90° y así sucesivamente. Para poder verlo de manera más precisa podéis acceder al siguiente video mediante el código QR:

Elaboración:

Cocinamos las pechugas en un caldo corto con cebolla, zanahoria, laurel, pimienta y sal, hasta que estén cocinadas al corazón del producto.

Levantamos (Hervir) la leche.



NUESTRO MENÚ

Derretimos la mantequilla en un saute, añadimos la harina y realizamos un roux, dejamos cocinar la harina hasta que deje de oler a crudo. Añadimos la leche en varios viajes mientras mezclamos con unas varillas, rallamos un poco de nuez moscada y ponemos sal y pimienta. Trabajamos la bechamel el tiempo suficiente para que quede bien fina y sin grumos. Una vez finalizada la bechamel, dejamos atemperar.

Napamos las pechugas sumergiéndolas en la bechamel atemperada, posteriormente apoyamos las pechugas en una bandeja y añadimos un poco más de bechamel.

Dejamos enfriar.

Empanamos las pechugas y reservamos.

Precalentamos el aceite para freír a 180°C y preparamos papel absorbente.

Freímos en primer lugar las patatas hasta que estén ligeramente doradas y crujientes y escurrimos.

Posteriormente freímos las pechugas has que estén golden brown y escurrimos sobre papel absorbente.

Emplatamos dos pechugas, una superpuesta sobre la otra acompañadas de las patatas rejilla.

¡Qué aproveche!



Truco del almendruco:

Las pechugas tienen que quedar bien napadas para que estén bien jugosas.

“SON COMO EL HIERRO, SE TRABAJAN EN CALIENTE”

Surgen como algo inusual, o, ¿están ahí y no las vemos? ¿las buscamos o aparecen?.

En cualquier caso, verlas e incluso descubrirlas y aprovecharlas, nos genera satisfacción, nos beneficia, nos hace sentir hasta orgullosos de haberlas aprovechado y al contrario, si no han caído en nuestro camino y no han sido para nosotros.

Ejemplos de oportunidades, para nuestros alumnos:

- Tener la suerte de estar en esta pedazo de escuela.
- Poder trabajar en la cocina.
- Un piso barato.
- Un local cerrado en lo que parece un buen sitio.
- Poder volver con tu novia.

Esas oportunidades, ¿para quién lo son? ¿para quién no lo han sido? o ¿para “satisfacer” que otra oportunidad pueden servir?



BUFFFFF, ¡¡¡CUÁNTO PENSAR!!!

RESULTA QUE: ante UNA oportunidad:

- Si la veo clara, igual NO PUEDO (aprovecharla).
- A lo mejor ya la vi y NO LA QUIERO.
- O... casi estoy que la atrapo y... NO ME DEJAN.
- O... la tengo en mis manos y NO SE qué hacer con ella, no sé cómo trabajarla y la pierdo.

PUES ESO: cuando confluyan el querer, saber, poder y que te dejen aprovechar esa oportunidad SERÁ EL MOMENTO.

MIENTRAS: mira dentro de un espejo; ahí encontrarás la CLAVE DEL ÉXITO.

Presta atención A TU CORAZÓN; identificarás esa oportunidad cuando te “emociones” al descubrirla o al CREARLA; porque también ocurre que, somos nosotros quienes convertimos una pequeña situación en una gran oportunidad.



LAS OPORTUNIDADES

Observa, piensa y trabaja, cada situación que pienses que es una oportunidad, pero sobre todo "SIENTE", haz que te llene, entonces la conseguirás.

Por lo pronto, no has desaprovechado la mejor oportunidad que tendrás en la vida profesional: ¡TE ESTÁS FORMANDO! y en la mejor Escuela de Hostelería y Turismo, a nivel nacional, por las diferencias tan importantes que tiene con respecto a otras formaciones; La Escuela de Hostelería y Turismo, "Camino de Santiago", en Santo Domingo de la Calzada, La Rioja.

FELICIDADES.

Por cierto, también es una oportunidad, participar en esta revista; te esperamos en el próximo número.

Autora: T. Cacho; profesora de E.I.E.

MADRID



CAPITAL DE ESPAÑA

En 2021 contaba con 3,277 millones de habitantes.

Se trata de una ciudad multicultural, donde podemos encontrar diversas culturas como la judía, la árabe, la china o la hindú.

ZONAS TURÍSTICAS

Encontramos la Plaza Mayor, la Casa de Correos, la Fuente de Cibeles, la Catedral de la Almudena, el Museo del Prado, el Palacio Real o el Palacio de Cristal en el Parque del Retiro, entre otras.



ERIK CARDABA Y MARCO CORRAL
(1° FPB)

COMIDA TÍPICA

Los grandes protagonistas son el cocido madrileño y los callos, los bocadillos de calamares, la tortilla de patata, la oreja a la plancha, el morro y los huevos estrellados.

HISTORIA DE LA CIUDAD

La primera evidencia histórica de la ciudad data del año 865, cuando el emir Muhammed I mandó construir una alcazaba en la aldea de Mayrit, a orillas del río Manzanares.

PARÍS



CAPITAL DE FRANCIA

Se encuentra al norte del país y cuenta con un total de 2.087.577 habitantes, aproximadamente.

París ha sido un centro cultural y artístico relevante en la historia occidental. Desde comienzos del siglo XIX y hasta finales de la década de 1960, París fue el centro mundial del arte.

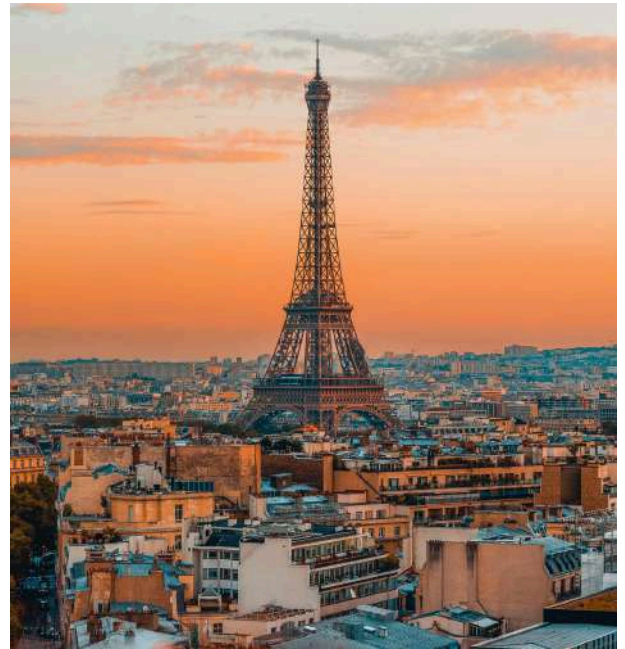
COMIDA TÍPICA

Encontramos algunas comidas como el foie gras, los escargots, la Quiche Lorraine, los crepes o los macarons.



HISTORIA DE LA CIUDAD

La historia de París comienza alrededor de 259 a. C. con su fundación en la orilla derecha del Sena por parte de la tribu celta de los Parisii, llamando a la ciudad Lutecia. La ciudad cambió su nombre por el de París en el siglo IV.



ZONAS TURÍSTICAS

Algunas de las zonas más importantes son la de la Torre Eiffel, el museo del Louvre, Notre Dame, el Arco del Triunfo, el museo de Orsay, Montmartre, los Jardines de Luxemburgo o los Campos Elíseos.



SOFÍA MANRIQUE Y PAULA TERROBA
(1° FPB)

SANTO DOMINGO



CAPITAL DE LA REPÚBLICA DOMINICANA

Situada en la costa sur del país, a orillas del mar Caribe. Es la ciudad más grande y poblada del país, y también es el centro político, económico y cultural.

Tiene una población de alrededor de 3 millones de personas en su área metropolitana, siendo una de las ciudades más dinámicas y diversas del Caribe. La población es mayoritariamente mestiza, resultado de la mezcla de indígenas taínos, africanos y europeos.



COMIDA TÍPICA

La gastronomía de Santo Domingo refleja la diversidad cultural del país, con platos tradicionales como:

La bandera: Compuesto de arroz, habichuelas (frijoles) y carne (pollo, cerdo o res).

Sancocho: Un guiso espeso con carnes, vegetales y tubérculos.

Mangú: Puré de plátano verde acompañado de huevos, salami y queso frito.

Pica pollo: Pollo frito crujiente cortado en piezas, marinadas con una mezcla de ajo, cebolla, especias y, en muchos casos, jugo de limón o vinagre para darle sabor.

ZONAS TURÍSTICAS

Zona Colonial: Es el corazón histórico de la ciudad, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Aquí se encuentran la Catedral Primada de América, el Alcázar de Colón, la Plaza de España y la Calle de las Damas, entre otros.

Malecón: Una extensa avenida costera donde se encuentran restaurantes, bares y centros de entretenimiento.



HISTORIA DE LA CIUDAD

Santo Domingo fue fundada el 5 de agosto de 1496 por Bartolomé Colón, hermano de Cristóbal Colón. Fue la primera ciudad europea establecida en América y el centro administrativo del Imperio español en el Nuevo Mundo. Durante siglos, la ciudad ha sido testigo de diversos eventos históricos clave, desde la llegada de los conquistadores hasta su independencia de Haití en 1844. A lo largo de los siglos XIX y XX, ha sido una ciudad en constante expansión y modernización.

Parque Nacional de los Tres Ojos: Un sistema de cuevas subterráneas con lagos de aguas cristalinas.

Museos: El Museo de las Casas Reales, el Museo del Oro, y el Museo de Arte Moderno.



BRAYAN PEÑA Y RODRIGO STÉFANO SILVA (1° FPB)

TOKIO



CAPITAL DE JAPÓN



ZONAS TURÍSTICAS

Algunas de las zonas más turísticas de la ciudad son Akihabara (el barrio electrónico), el Parque Ueno, el templo Sensoji, la Tokyo Skytree, Odaiba (una isla artificial situada en la bahía), el Palacio Imperial, la torre de Tokio o el Mercado de pescado de Toyosu.

HISTORIA DE LA CIUDAD

Se considera que la fundación formal de Tokio fue en 1457, cuando un vasallo del clan Uesugi, Ōta Dōkan construyó el castillo Edo; así el área que rodeaba el castillo se comenzó a llamar Edo.

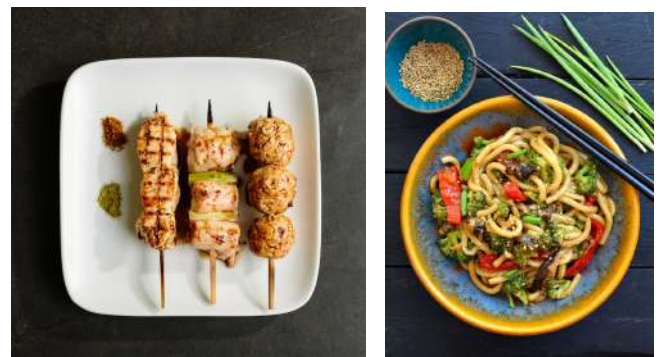
Se encuentra ubicada en el centro este de la isla de Honshu, concretamente en la región de Kantō. Su población es de unos 40 millones de habitantes.

El centro de Tokio, con sus 23 barrios, ocupa un tercio de la metrópoli, con una población cercana a los 13,23 millones de habitantes.

La mayor parte de la población de Tokio es budista. Centenares de templos budistas pueblan la provincia, aunque muchos de los habitantes de Tokio van a estos templos solo en ceremonias muy especiales como bodas y funerales, y prefieren practicar sus actos religiosos en casa.

COMIDA TÍPICA

Encontramos el yakitori (brochetas de pollo a la parrilla) el sushi y los fideos Udon, entre otras cosas.



YANELY JIMÉNEZ Y NICOL URREA (1º FPB)

NUEVA YORK



ESTADOS UNIDOS



Se encuentra en la Costa Este de los Estados Unidos y es una de las ciudades más densamente pobladas a nivel mundial, con un área urbana de 24 millones de habitantes.

En ella encontramos una mezcla de culturas latinas, anglosajonas, africanas, aborígenes, caribeñas, asiáticas... las cuales propician a la ciudad un ramillete de perfiles culturales y de posibilidades.

ZONAS TURÍSTICAS

Algunas de las zonas más importantes de Nueva York son Central Park, la Estatua de la Libertad, el Empire State Building o el Museo metropolitano de Arte.

COMIDA TÍPICA

Entre la gastronomía más típica encontramos los bagel, el pastrami, las hamburguesas y la pizza.



HISTORIA DE LA CIUDAD

**ANDRÉS EGUIZABAL Y WENDY
SAN MARTÍN (1° FPB)**

En 1624 los holandeses se establecieron y fundaron Nueva Ámsterdam (actual isla de Manhattan), un lugar donde vivían los indios lenape. Cuatro décadas más tarde, los ingleses se apoderaron de las tierras y rebautizaron el lugar con el nombre de Nueva York.

VALENCIA



CIUDAD DE ESPAÑA



Se trata de una ciudad española situada en la Comunidad Valenciana. Su población es de 807.693 habitantes, siendo la tercera ciudad más poblada de España, después de Madrid y Barcelona.

La cultura valenciana tiene sus raíces en las influencias que los diferentes pueblos han dejado tras su paso por la península a lo largo de los siglos. Además la historia, la geografía y la presencia del mar mediterráneo ha contribuido significativamente en la formación de la cultura actual.

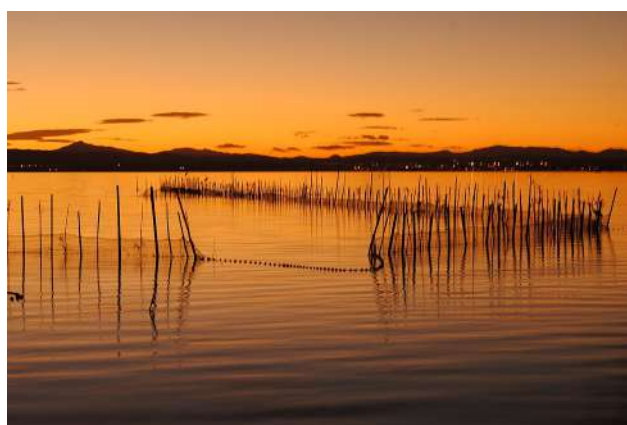
COMIDA TÍPICA

Algunos platos típicos de la ciudad son la paella, el arroz con costra, el rossejat de fideos o fideuá, la mona de pascua y la olla valenciana.



ZONAS TURÍSTICAS

- **Centro histórico:** Con más de 2.000 años de historia y un rico patrimonio artístico.
- **Alameda, Ciutat de les Arts y Oceanogràfic.**
- **Marina, playas y el barrio del Cabañal:** Para disfrutar del mar y la playa.
- **Parque Natural de l'Albufera:** Una reserva natural con lagunas y paseos en barca.
- **Bioparc y Parque de Cabecera:** Para los amantes de la naturaleza y los animales.



HISTORIA DE LA CIUDAD

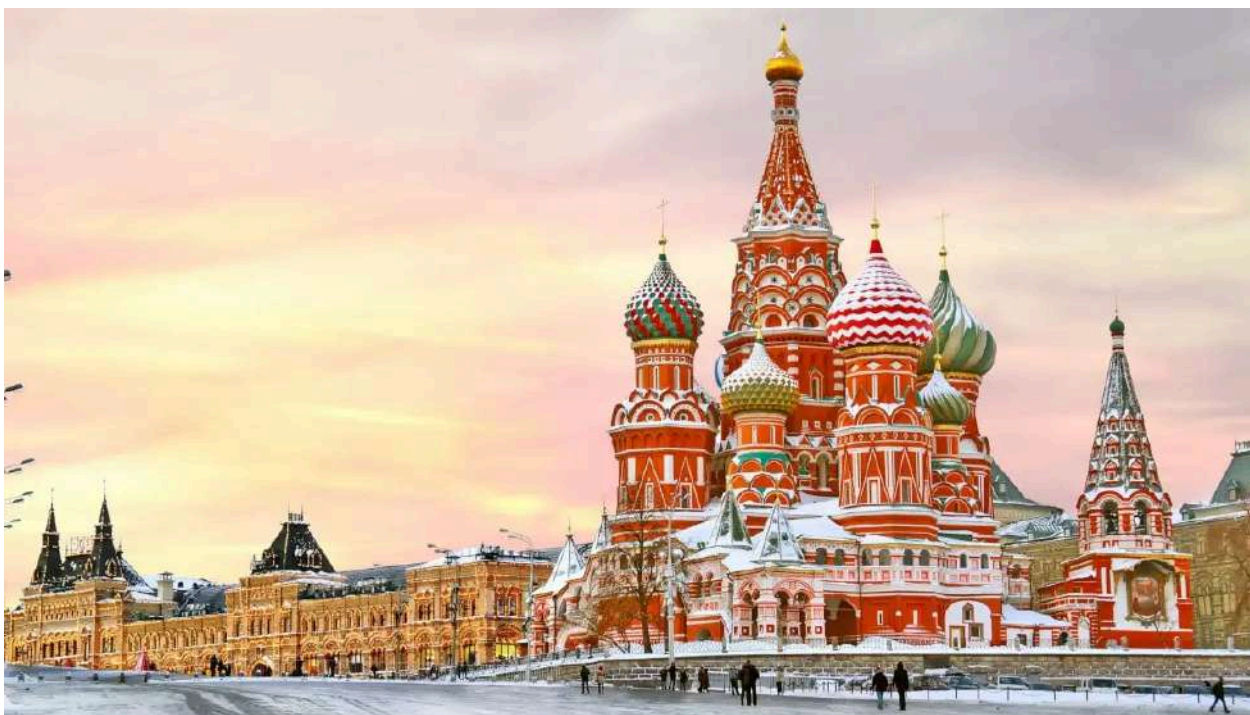
La historia de la ciudad de Valencia abarca desde la época anterior a la fundación formal de la ciudad cuando la región ya estaba habitada por pueblos prerromanos hasta la actualidad. Gracias a la fértil huerta sobre la que se sustenta, los alrededores de Valencia fueron ya una zona de alta densidad humana antes de su fundación en el siglo II a. C. por los romanos. Desde entonces, la ciudad ha constituido uno de los mayores núcleos urbanos de la península ibérica.

YASSIER BENTAOUYT Y ANTONIO HERNÁNDEZ (1° FPB)

MOSCÚ



CAPITAL DE RUSIA



Se encuentra situada a orillas del río Moscova, en el Distrito Federal Central de la Rusia europea.

La población de Moscú en 2024 se estima en 12.712.300 habitante. En 1950, su población era de 5.356.390 habitantes y se estima que la ciudad ha crecido en 31.900 habitantes en el último año, lo que representa un cambio anual del 0,25%.

Nada distingue mejor a la capital rusa que sus estilos arquitectónicos, en marcado contraste. Las calles de Moscú son como un tratado de historia rusa, con iglesias, mansiones, teatros y hoteles que se alzan como vestigio de los períodos más decisivos, de la época medieval bizantina al Moscú barroco o al revival ruso. A pesar de las demoliciones, ha sabido conservar una impresionante colección de joyas arquitectónicas.



COMIDA TÍPICA

Algunas de las comidas más comunes de la ciudad son: blini (una especie de crepe que puede tomarse cocida o frita, rellena o sola), borsch (una sopa de color roja es una de las más famosas del país), caviar ruso, ensalada Olivie, filete Strógonoff, golubtsí, pelmeni y shashlik.



HISTORIA DE LA CIUDAD

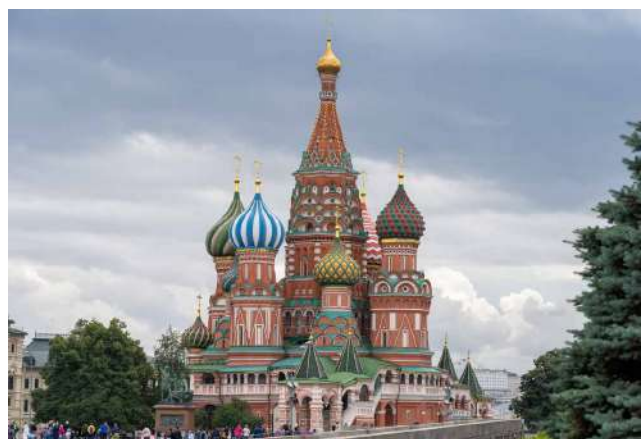
Moscú es una ciudad repleta de historia e historias que con el paso de los años se ha convertido en una de las ciudades con mayor riqueza cultural de Europa, además de una de las capitales más pobladas del mundo.

Se desconoce la fecha exacta de la creación de la ciudad, aunque para comenzar a contar la historia de Moscú se suele utilizar la fecha del 4 de abril de 1147 a pesar de que numerosos historiadores han demostrado que ya existía una población en el siglo XI.



ZONAS TURÍSTICAS

En su centro histórico, está el Kremlin, un complejo que alberga al presidente y tesoros de los zares en la Armería. Fuera de sus murallas, se encuentra la Plaza Roja, el centro simbólico de Rusia. Aquí se encuentra el Mausoleo de Lenin, la completa colección del Museo Histórico Estatal y la catedral de San Basilio, conocida por sus coloridas cúpulas con forma de cebolla.



JINGOU GUO (1° FPB)

LA IMPORTANCIA DE LOS CAMAREROS

“Tener empatía por los clientes y ser respetuoso con todos muestra tu forma de trabajar.

Sé alegre.

Busca soluciones.

Las cosas que hagas mal úsalas para mejorar.

Respetar a todos y todos te respetarán.

Conoce bien tu labor como camarero.”

Yassir Bentaouyt (1° FPB)

“Los camareros somos importantes porque somos las personas que interactuamos con el cliente.

Hacemos que el cliente se sienta cómodo y que cualquiera de sus dudas sea resuelta, estamos preparados para proporcionar toda la información que sea necesaria. Tratamos de conseguir que con nuestro respeto y atención el cliente quede satisfecho y vuelva a nuestro restaurante.”

Andrés Eguizábal y Nicol Urrea (1° FPB)

“Los camareros son clave en una empresa o restaurante. Son las personas que dan la cara a los clientes en base a un respeto y una buena actitud por su parte. Un camarero tiene como labor hacer agradable la experiencia del cliente para que este regrese en repetidas ocasiones y así mantener una imagen limpia del establecimiento. También se ocupan de mantener limpio el lugar para que así los clientes tengan una mejor experiencia.”

Aritz Ernesto Almario y Brayan Peña (1° FPB)

¿CÓMO TRATAR A UN CLIENTE CUANDO ALGO SALE MAL?

Si hemos hecho algo que al cliente no le ha gustado, debemos mantener la calma y ser empático con el cliente, nunca alzar la voz, porque esto va a provocar que el cliente se enfade más.

Si el cliente sigue enfadado:

Nunca debemos tomarlo como algo personal, ya que nuestro objetivo es siempre satisfacer al cliente, sea cual sea la situación.

Deja que el cliente se desahogue y escúchalo.

Muestra siempre soluciones, de esta manera trataremos de arreglar el problema y disminuirá su enfado.

Por último pero no menos importante, siempre debemos disculparnos con el cliente. De esta manera el cliente se sentirá respetado, se irá satisfecho y volverá al restaurante.

LA IMPORTANCIA DEL TRABAJO EN EQUIPO Y EL RESPETO HACIA TUS COMPAÑEROS

La resolución corporativa de problemas conduce a mejores resultados. Trabajar en equipo fomenta el crecimiento personal, empresarial y también genera pertenencia al equipo.

Las 5C son muy importantes: Comunicación, coordinación, complementariedad, confianza y compromiso.

NO TODO LO MALO ES TAN MALO

Convierte las quejas en oportunidades para mejorar. No pasa nada si haces algo mal con un cliente. La próxima vez vendrá otro cliente, o incluso el mismo, y ya no te equivocarás, ya que habrás aprendido de tu error, por eso es importante que te intereses por aprender y mejorar tus habilidades y conocimientos.

Hasta aquí nuestro artículo sobre la atención al cliente. Muchas gracias por leerlo y esperamos que haya una próxima vez.

Muchas gracias.

Juan Diego Canamari (1° FPB)

FABRICA UN TERMÓMETRO CASERO



Pasos a seguir:



1 Coge una botella de plástico y hazle un agujero en el centro del tapón.

2 Introduce una pajita por el agujero del tapón, pero sin llegar al fondo y pon plastilina sobre el tapón para que la pajita no se mueva.

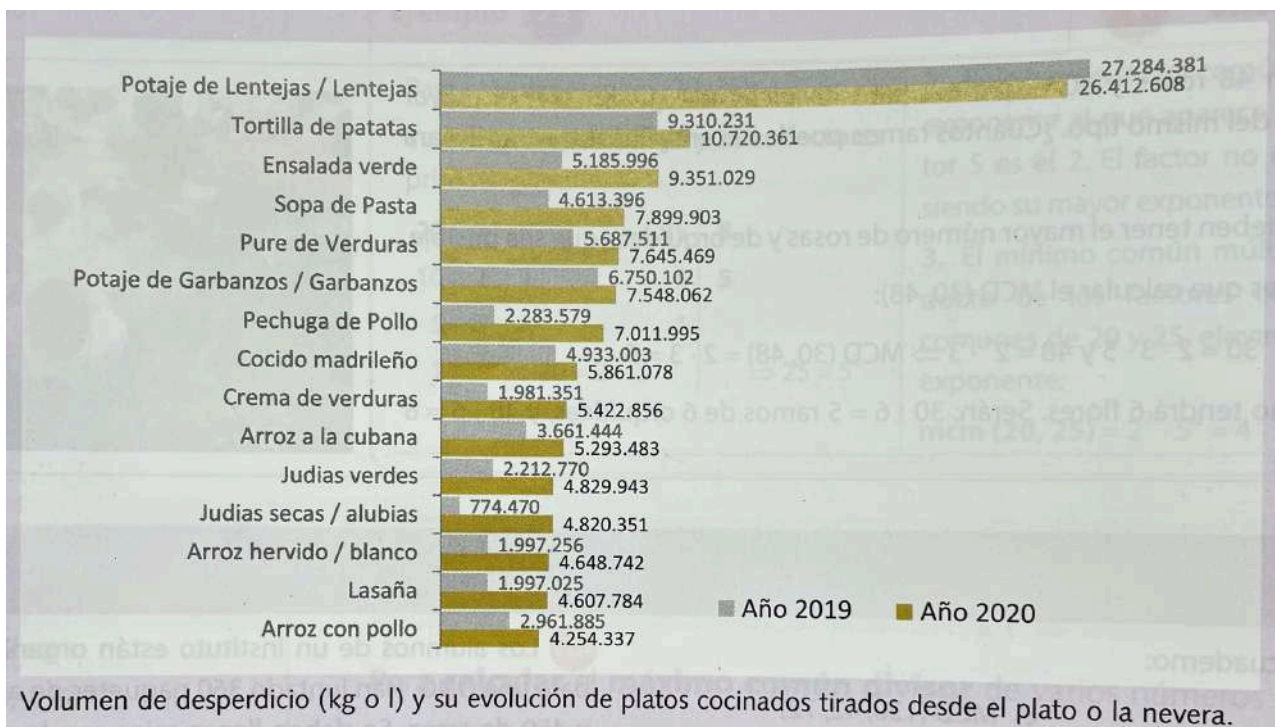
3 Llena media botella de agua con colorante y pon el tapón con la pajita.

4 Pon agua hirviendo en un bol y métela en la botella. El agua subirá por la pajita debido al calor. A los 10 minutos marca el nivel que ha alcanzado el agua dentro de la pajita. Serán 90°C.

5 Posteriormente, prepara otro bol con agua fría con hielo y mete dentro de la botella. El nivel alcanzado después de unos minutos será de 0°C.

6 Ya puedes usar tu termómetro para medir la temperatura de cualquier cosa.

EL DESPERDICIO DE LOS ALIMENTOS EN LOS HOGARES DE ESPAÑA



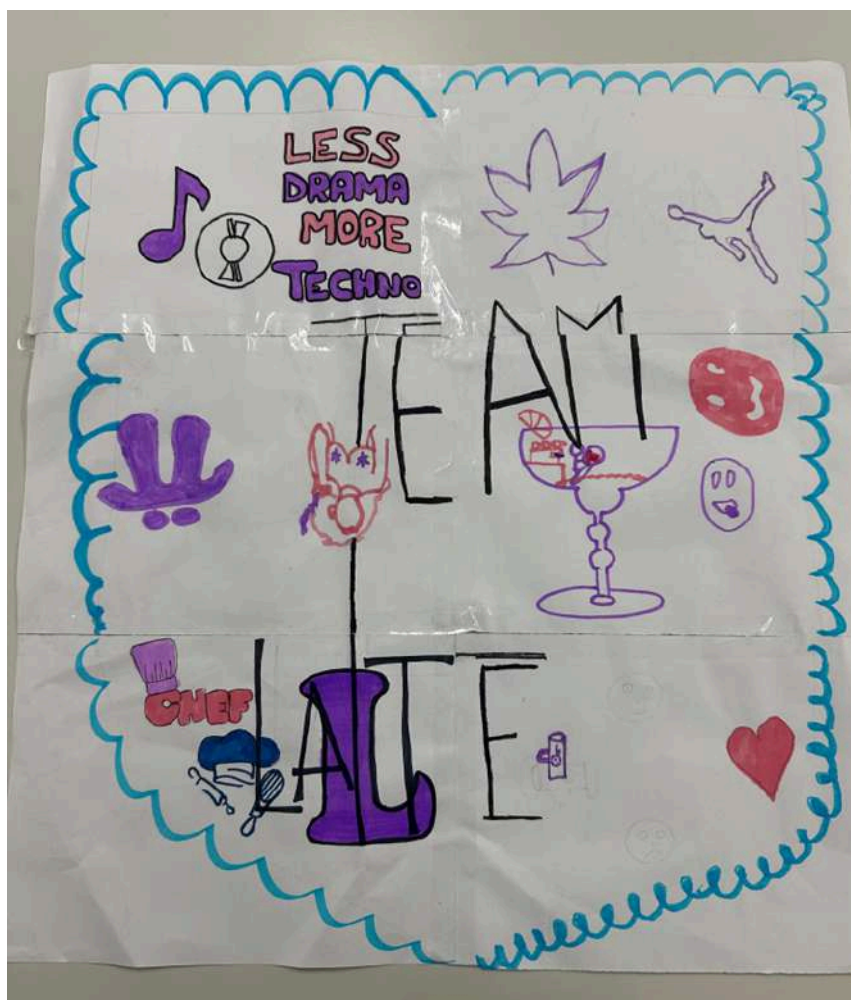
En 2020 se desperdiciaron en España 1.038 millones de kilos de alimentos sin preparar y 324 millones de kilos de alimentos ya preparados.

Para poner en contexto, es una cantidad suficiente como para llenar 77 campos de fútbol.

Esto significa que cada español tira 31 kilos de comida a la basura al año.

Analizando el gráfico, vemos que la mayoría de los alimentos han aumentado su desperdicio del año 2019 al año 2020, por lo que deducimos que este problema va en aumento.

TEAM LATTE



Hola compañeres, somos el grupo de segundo curso de Grado Básico, muchos de vosotros ya nos conocéis, durante este curso nos veremos más puesto que abrimos la Cafetería de la escuela los lunes y los miércoles. También estamos en el restaurante los martes y jueves guiados por nuestros compañeres de 2º GM.SR y 2ºGS. DSR.

Queríamos que conocieses nuestro "escudo", se trata de un escudo formado por 6 partes, y cada una de ellas corresponde a uno de nosotros: Érica, Olguta, Adrián, Alejandro, Sara y Zornica. Son 6 partes individuales, que al unirlas forman nuestro logotipo. Más adelante os contaremos cada una de sus partes...

CHARLA CAFÉ BAQUÉ

El pasado 16 de octubre tuvimos una charla y practicamos en la elaboración de cafés junto con Carlos y Raúl de cafés Baqué.

Fue muy interesante, gracias por vuestra oportunidad.



OS DEJAMOS SUS ENLACES DE INSTAGRAM:

@KARLO_CALVO
@RAUL.FORMADORBARISTA

RISOTTO DE CALABAZA



INGREDIENTES: 4 personas.

- 2 cdas. de aceite de oliva virgen extra
- 1/4 cdta. de nuez moscada molida
- 2 cdtas. de salvia fresca picada, y hojas para servir
- 1/2 cebolla picada
- 1/4 cucharadita de sal
- 225 g de arroz Arborio
- 1 taza de vino blanco seco
- 1 litro de caldo de verduras, calentado
- 1/2 taza de Pecorino Romano rallado
- 1/2 taza de puré de calabaza
- 2 cdas. de mantequilla sin sal
- Queso Ricotta salata rallado, para servir



PASO A PASO

En una sartén grande calienta el aceite. Cocina la nuez moscada y 1 cucharadita de salvia, revolviendo, hasta que estén aromáticas, unos 30 segundos. Agrega la cebolla, sazonar con sal. Cocina, revolviendo con frecuencia, hasta que esté suave y translúcido, de 6 a 8 minutos.

Agrega el arroz y revuelve hasta que empiece a tostarse, 1 minuto. Agrega el vino y cocina, revolviendo ocasionalmente, hasta que se evapore casi por completo, de 2 a 3 minutos.

Baja el fuego. Sirve 3/4 taza de caldo sobre el arroz y cocina, revolviendo ocasionalmente, dejando que el arroz hierva a fuego lento. Una vez que el arroz casi absorba el caldo, repite en tandas con el caldo restante hasta que el arroz esté tierno y bien cocido y el risotto esté viscoso, de 25 a 30 minutos.

Incorpora el Pecorino Romano, el puré de calabaza, la mantequilla y 1 cucharadita de salvia. Cocina, revolviendo, hasta que esté completamente caliente, unos 5 minutos. Divide el risotto en tazones. Cubre con ricotta salata y hojas de salvia.

ZORNICA KALOYANOVA (2° FPB)



PASTEL DE CALABACÍN AL HORNO



INGREDIENTES:

- Calabacines.
- 2 cebollas.
- 3 huevos.
- 100 ml de nata.
- 100 ml de leche.
- 100 gramos de queso rallado.
- 250 ml de salsa de tomate. aceite de oliva virgen extra.
- 2 cucharadas de harina.
- 1 cucharadita de orégano.
- Sal.
- Perejil.



PASO A PASO

Pela las cebollas, córtalas en juliana fina y rehógalas durante 6-8 minutos en una sartén con 4- 5 cucharadas de aceite. Lava los calabacines (déjalos con piel), córtalos en medias lunas e incorpóralos a la sartén. Sazona y cocina todo conjuntamente durante 15 minutos aproximadamente. Escurre bien y reserva.

Casca los huevos y ponlos en un bol grande. Agrega la leche, la nata, el orégano y una pizca de sal, y bate todo bien.

Incorpora la farsa de cebolla y calabacín y mezcla suavemente. Vierte la mezcla al recipiente apto para el horno y hornéalo (horno previamente calentado) a 180° durante 30 minutos.

Retíralo del horno y deja que se temple. Córtalo en porciones y sirve. Acompaña cada ración con un poco de salsa de tomate caliente. Decora los platos con unas hojas de perejil.



ALEJANDRO ZAMBRANO (2° FPB)

CREMA DE CALABAZA



INGREDIENTES: 2 personas.

- 400 g de calabaza
- 1 patata (200 g)
- 2 zanahorias
- 1 puerro
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Agua
- Sal



PASO A PASO

Para preparar la crema de calabaza, pon a calentar 5 vasos de agua con 2 cucharadas de aceite de oliva en una cazuela al fuego.

Mientras se calienta, prepara las verduras. Para ello, pela la calabaza y córtala en dados grandes.

Retira la parte inferior y superior de las zanahorias, péralas y córtalas en rodajas de 1 centímetro aproximadamente.

Limpia el puerro bien para retirar toda la suciedad. Corta un trozo pequeño y resérvalo para decorar los platos. Corta en rodajas el resto del puerro.

Por último, pela la patata y trocéala como para guisar, es decir, cáscala con ayuda de un cuchillo.

Una vez estén listas las verduras, introdúcelas en la cazuela: la calabaza, las zanahorias, el puerro y la patata. Añade sal a tu gusto.

Pon la tapa a la cazuela y deja cocer durante aproximadamente 25 minutos a fuego medio, hasta que las verduras estén blandas.

Retira la cazuela del fuego y tritura todo con la batidora eléctrica hasta que quede una crema fina.



PRÓXIMOS EVENTOS

JORNADA DE LA TERNERA

26 NOVIEMBRE

14:30



CAMINO®
SANTIAGO

C.I.P.F.P / HOSTELERÍA Y TURISMO

941 34 29 20

INFORMACIÓN Y RESERVAS



Calle Mayor, 58
26250 - Santo Domingo de la Calzada
La Rioja



+34 941 34 29 20



cipfp.csantiago@larioja.edu.es



@cipfp_rioja



Escuela Hostelería



@EscHostRioja

**EN EL
CAMINO**