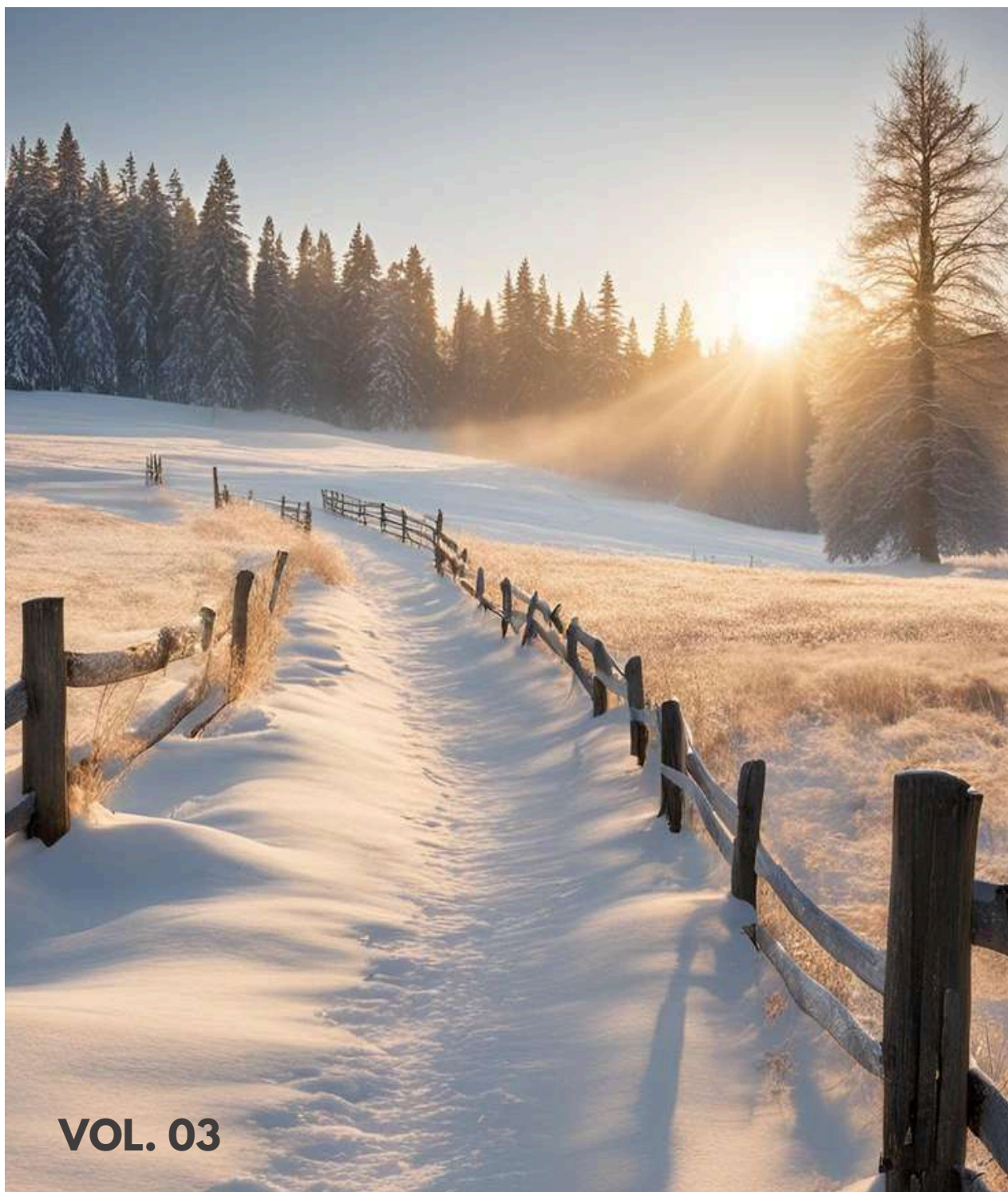


ENERO 2025

ESCUELAHOSTELERIALARIOJA.COM

EN EL CAMINO



VOL. 03

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

Personas colaboradoras:

Lass Adams Guardia (1º GB)
Aritz Ernesto Almario Jaramillo (1º GB)
Yassir Bentaouyt Zekri (1º GB)
Juan Diego Canamari Mercado (1º GB)
Erik Cardaba Alarcón (1º GB)
Marco Corral Granada (1º GB)
Andrés Eguizábal Galiana (1º GB)
Jingou Guo (1º GB)
Antonio Hernández Echevarría (1º GB)
Yanely Jiménez Jiménez (1º GB)
Sofía Manrique Castellanos (1º GB)
Laura Martínez Angulo (1º GB)
Brayan Peña Ojopi (1º GB)
Wendy San Martín Pérez (1º GB)
Rodrigo Silva Silva (1ºGB)
Luca Terenzio (1º GB)
Paula Terroba Medrano (1º GB)
Nicol Valeria Urrea Martínez (1º GB)

Sara Corrales Ramírez (2º GB)
Zornica Kaloyanova Marinova (2º GB)
Érica Martín Fernández (2º GB)
Adrián Rodríguez Olarte (2º GB)
Morgana Sánchez Martínez (2º GB)
Alejandro Zambrano Sánchez (2º GB)

Andrés Felipe Correa Arteaga (2º GAT)
Sara Cuevas Primoy (2º GAT)
Yaiza Ibeas Fernández (2º GAT)
Carla Sáinz Díaz (2º GAT)

Agradecimiento al profesorado:

Irene Díez Martínez
Nuria García Herreros
Jesús García Sierra
Mónica Garrido Ruiz
Sara Gómez Murillo
María Gordo Pascual
Rubén Hernández Pino
Ana María Larrea Arzubialde
Sara Lerena Murillo

EN EL CAMINO

ÍNDICE



02

ALUMNADO 1ºGB

08

NUESTRO MENÚ

12

ACTIVIDADES

15

VISITAS

16

EXPERIMENTOS
CASEROS

18

CIENCIAS
SOCIALES

19

SALIDAS

20

ALUMNADO 2ºGB

22

CAFETERÍA

28

ÁMBITO LINGÜÍSTICO

31

RETOS

32

TURISMO

EN EL CAMINO

01

1º GB

Después de las vacaciones de Navidad todos hemos vuelto con muchas ganas y fuerzas para afrontar el nuevo año y continuar con el curso.

Este mes de enero hemos estudiado en Técnicas Elementales de Preelaboración Culinaria (TEP) las hortalizas y las legumbres secas, elaborando pisto y ratatouille. Con el pisto hicimos empanadas con masa quebrada para la cafetería. El mes que viene ya tenemos programada fecha para ver la película de Ratatouille, vimos un pequeño video y ¡nos encantó!

Por otro lado, en la asignatura de Procesos Básicos de Producción Culinaria (PBPC), empezamos el tema de elaboraciones culinarias. Hemos visto tapas, entremeses, sándwiches, ensaladas, diferentes formas de hacer un huevo, etc., pero en cocina lo que más hemos hecho han sido diferentes tipos de Sándwich, para dar servicio en la cafetería (¡con gran éxito!).

Por último, también hicimos pan de molde, el cual repetiremos porque nos salió BUENÍSIMO.

¡Os seguiremos contando en febrero!



ALUMNADO 1ºGB



TIPOS DE SÁNDWICHES

SÁNDWICH DE BACON, HUEVO FRITO Y QUESO FUNDIDO

Marco Corral (1ºGB)

Ingredientes:

2 lonchas de jamón
2 lonchas de bacon
2 lonchas de queso
2 rebanadas de pan de molde tostado
1 huevo frito con puntilla

Elaboración:

En primer lugar, tostamos el pan con mantequilla.

A continuación hacemos el huevo frito y el bacon y cuando estén hechos los ponemos en el pan. Después troceamos el jamón, y lo colocamos en el pan junto al queso. Finalmente lo partimos y está listo para comer.

La elaboración nos llevará 5 minutos aproximadamente.



SÁNDWICH CUBANO

Aritz Ernesto Almario, Nicol Valeria Urrea y Wendy San Martín (1ºGB)

Ingredientes:

10 grs de mostaza
Pan de chapata individual (2 unidades)
Lomo de cerdo asado 4
3 rodajas de pepino
Mantequilla a temperatura ambiente

Elaboración:

En primer lugar, debemos tener el lomo asado listo para condimentarlo y ponerlo en el asador. Cuando esté hecho lo retiramos.

Empezamos cortando los panes por la mitad, y colocamos los siguientes ingredientes: el lomo, el queso y el pepino cortado en rodajas.

Cerramos el sándwich con la tapa y lo pincelamos con mantequilla. Pasamos a ponerlos en la plancha y dejamos que tueste el pan unos minutos, cortamos el sándwich por la mitad, lo servimos y ya estaría listo.



SÁNDWICH CLUB

Andrés Eguizábal y Marco Corral (1ºGB)

Ingredientes:

8 rebanadas de pan de molde (del tipo que prefieras)
200 g de filetes de pechuga de pollo
6 lonchas de bacón
2 lonchas de jamón cocido
4 lonchas de queso
2 o 3 hojas de lechuga
1 tomate
Mantequilla
Mayonesa
Aceite de oliva virgen extra
Pimienta negra molida
Sal

Elaboración:

Lo primero de todo, comenzar untando una fina capa de mantequilla sobre las rebanadas de pan por uno de los lados. La mantequilla deberá estar a temperatura ambiente y bien blanda para que se reparta mejor y se necesite poca cantidad. Reservar.

Salpimentar los filetes de pollo. Engrasar una sartén, grill o plancha con el aceite de oliva. Calentar y cuando esté bien caliente, pero sin que llegue a humear, dorar los trozos de pollo un par de minutos por cada lado, más o menos, dependiendo del grosor. Reservar.

Dorar ahora las lonchas de bacon por ambos lados. Se pueden hacer como más te guste: a fuego lento para que fundan y luego darle un golpe fuerte para que queden crujientes o a fuego medio para que queden doradas y jugosas. Reservar.

Formar un sándwich intercalando dos lonchas de queso entre una loncha de jamón. Cortar ésta última de tal manera que no sobresalga. Hay que dejar los lados de la mantequilla hacia afuera.

Dorar ambas caras del sándwich a fuego medio. Como para hacer un sándwich mixto. Formar otro sándwich ahora con las lonchas de bacon y los filetes de pollo. De igual manera, dorarlo por ambos lados.

ALUMNADO 1ºGB

Una vez hechos los dos sándwiches, untarlos por encima con mayonesa.

Colocar sobre uno una hoja de lechuga y una capa de tomate cortado en rodajas.

Juntar los dos sándwiches para formar uno solo, cortarlo en triángulos y sujetar cada porción con un palillo o palo para mini brochetas.

Servir enseguida. Como sugerencia de guarnición, se suele acompañar con patatas fritas o ensalada.



MENÚ DE ENERO:

- ★ **COCIDO MADRILEÑO**
- ★ **PIERNAS DE POLLO**
- ★ **CAKE POPS**



COCIDO MADRILEÑO

Ingredientes:

500g garbanzos
½ berza
3 zanahorias
2 patatas
300g chorizo
300g zancarrón
200g gallina
400g panceta
300g huesos
1 morcilla
200g fideo



Elaboración:

El día anterior ponemos a remojar los garbanzos en agua tibia con un puñado de sal. En una cazuela suficientemente amplia añadimos los garbanzos, los huesos del jamón, el zancarrón, la panceta y la gallina, cubrimos con agua y llevamos a hervir, desespumando a medida que se vaya generando. Una vez alcanzado el hervor se baja el fuego para conseguir un hervor leve.

Cuando los garbanzos lleven unos 50 minutos de cocción añadimos la zanahoria y las patatas peladas, también el chorizo. Cortamos la berza en juliana descartando el tallo, rehogamos brevemente y cubrimos con caldo del cocido, cocemos hasta su completo cocinado.

Cuando falten 2-3 minutos para la cocción de los garbanzos añadimos la morcilla, para evitar que se rompan.

Después separamos las carnes de los garbanzos y el caldo. Cortamos las carnes y las verduras, y cocemos los fideos con la sopa.

PIERNAS DE POLLO

Ingredientes:

6 muslos de pollo

300g patata

1 huevo

40g queso rallado

Harina, huevo y pan rallado para empanar

Sal, pimienta, pimentón y ajo en polvo

Elaboración:

Retira la piel de los muslitos de pollo y pon a cocer junto con las patatas en abundante agua con sal hasta que la carne se separe del hueso con facilidad.

En un bol coloca la carne de los muslos, limpiando bien los huesos y reservando, junto con la patata cocida, el huevo, el queso rallado y las especias, mezcla hasta obtener una masa manejable.

Forma una bola de masa y cubre uno de los extremos del hueso apretando bien, dándole forma de muslo.

Por último, se deben empanar y freír en abundante aceite a 180° hasta que estén dorados y crujientes.



CAKE POPS

Ingredientes:

300g bizcocho del día anterior

70g queso crema

40g nata

200g chocolate (puede ser blanco, negro o con leche)

Colorante alimenticio

Decoraciones chocolate

Elaboración:

Desmigamos con los dedos los bizcochos o recortes de bizcochos que tengamos de días anteriores, sin apelmazar.

Añadimos el queso crema y la nata y removemos hasta formar una masa uniforme. Formamos bolas y reservamos sobre papel sulfurizado.

Funde los chocolates, baña la punta del palo en el chocolate e inserta en la bola de bizcocho. Baña con el chocolate y añade las decoraciones solidas antes de que solidifique, o decora una vez se haya endurecido con otros chocolates (puedes añadir colorante al chocolate blanco).



II CONCURSO DE POESÍA JUVENIL AYUELA



—

Este mes, los alumnos y alumnas de 1º y 2º de Grado Básico han recibido la visita de Pantaléon, un miembro de la Asociación Cultural Ayuela (de Santo Domingo de la Calzada), siendo animados a participar en su II Concurso de poesía juvenil.

Ambas clases han realizado en la asignatura de lengua un taller sobre poesía en el cual han aprendido diversos aspectos relacionados con la escritura de poemas y han demostrado que cualquiera de ellos es capaz de ponerlos en práctica.



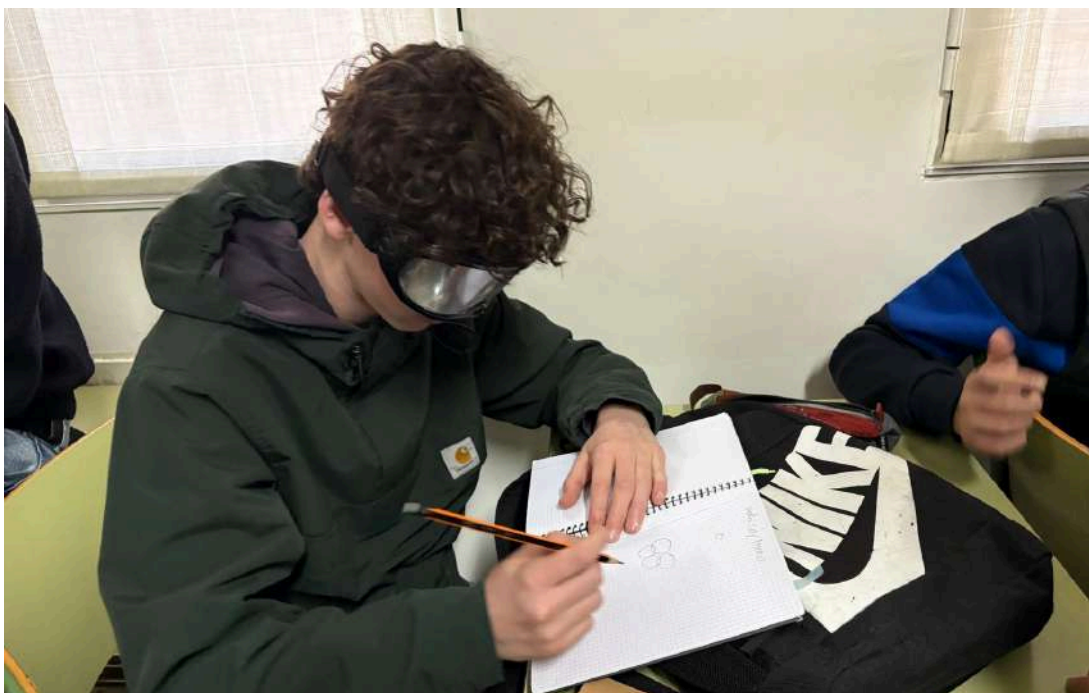
CHARLA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD AFECTIVO SEXUAL



Este último lunes del mes, los alumnos de 1º de Grado Básico, tuvimos una charla sobre la prevención de riesgos asociados a la sexualidad. En la que tratamos temas como el respeto, las opciones y alternativas en la vivencia sexual, el respeto, los métodos anticonceptivos, el empoderamiento de la mujer, las primeras relaciones, el buen trato dentro de la relación de pareja, la violencia de género, la ética del consentimiento, ética de la salud sexual, la lealtad y la igualdad. A parte de recursos y direcciones de interés de La Rioja.

PROYECTO HOMBRE

Taller sobre la **adicción al alcohol** con el alumnado de 1º de Grado Básico a cargo de Proyecto Hombre.



El martes 14 de enero los alumnos y alumnas experimentaron los efectos que produce el alcohol a través de unas gafas de simulación.

¡CÓMETE BIZKAIA!

El pasado miércoles 22 tuvimos visita en la Escuela de Hostelería de Santo Domingo de la Calzada por parte del profesorado y el alumnado de la Escuela de Hostelería de Galdakao.

Tenemos el lujo de contar con un Aula Inmersiva en nuestra escuela, siendo la única escuela de hostelería que la tiene a día de hoy.

Para quien no sepa que es un Aula Inmersiva, se trata de un aula muy moderna, donde la imagen, el sonido, el gusto y el olfato forman parte de la experiencia culinaria.



Somos pioneros y por tanto referentes para todas las escuelas de hostelería de España. Varios intentos, implicación y esfuerzo por parte de profesores y alumnos han conseguido sacar adelante "Cómete La Rioja" y que la experiencia ¡¡¡sea un diez!!!.

Nuestros compañeros de Galdakao querían verla para poder implantarla en su escuela y empezar "Cómete Bizkaia".

Por este motivo nos visitaron, y algunos profesores y profesoras se ocuparon de enseñárselo. La visita estuvo genial, les atendieron fenomenal y la escuela les pareció preciosa. Un lujo.

Respecto al Aula Inmersiva se quedaron impresionados de lo bonita que es, pero sobre todo, del trabajo que supone sacar adelante el proyecto y de la implicación por parte de todos y todas para que en ella se pueda comer todos los martes. ¡Tenemos AFORO COMPLETO!

Les deseamos toda la suerte del mundo a nuestros colegas de Galdakao y les esperamos el próximo miércoles, ¡a ver si superan la prueba de fuego!.

<https://www.facebook.com/watch/?v=459452076815632>

LA BOTELLA FUMADORA



VÍDEO EXPLICATIVO

<https://www.youtube.com/watch?v=rW78a9073sU>

Materiales necesarios:

1. Botella de plástico
2. Tapón de la botella
3. Algodón
4. Cigarro
5. Mechero
6. Recipiente de plástico
7. Plastilina
8. Cúter o tijeras



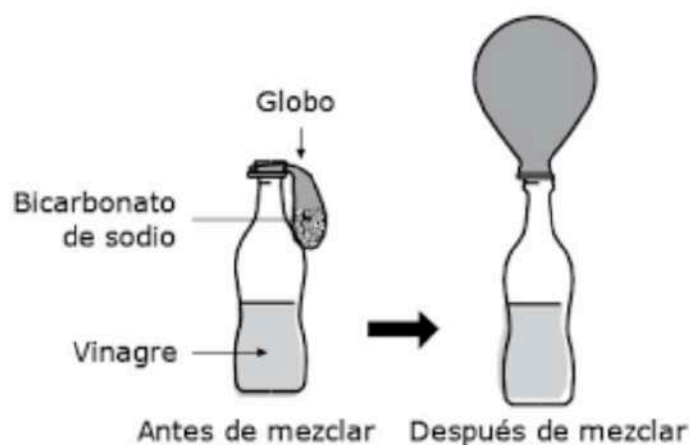
Pasos a seguir:

1. Hacer un agujero en el tapón de la botella de manera que quepa el cigarrillo dentro.
2. Introducir el algodón por dentro del tapón de la botella.
3. Cerrar la botella con el tapón y sellar con la plastilina.
4. Colocar la botella en el recipiente tras hacerle un agujero en la base con el cúter.
5. Encender el cigarro.
6. Dejar que la botella vaya "fumando" el cigarro hasta que se consuma completamente.
7. Quitar el tapón y ver cómo ha quedado el algodón interno (de esa manera quedan nuestros pulmones al fumar un cigarro).

INFLAR UN GLOBO A TRAVÉS DE UNA REACCIÓN QUÍMICA

VÍDEO EXPLICATIVO

<https://www.youtube.com/watch?v=GDK0GIYbn1E>



Materiales necesarios:

1. Botella de vinagre
2. Bicarbonato de sodio
3. Embudo
4. Globo
5. Cartón de protección
6. Cuchara de plástico

Pasos a seguir:

1. Rellenamos el globo con el embudo con dos cucharadas de bicarbonato de sodio.
2. Quitamos el tapón de la botella de vinagre y metemos el globo tal y como indica el dibujo.
3. Ponemos la botella sobre el cartón de protección.
4. Cogemos el globo y lo ponemos en vertical de manera que caiga el bicarbonato de sodio dentro del vinagre.
5. Al mezclarse se genera una reacción química que libera gases que provocan que se infle el globo.

DIETA PALEO



La dieta paleo se trata de un plan de alimentación basado en alimentos que los humanos podrían haber consumido durante la era paleolítica. Esta era data de hace unos 2,5 millones a 10 000 años. Dicha dieta incluye frutas, verduras, carnes sin grasas, pescado, huevos, frutos secos y semillas, y es la interpretación moderna de lo que consumían los humanos durante el Paleolítico, la etapa más prolongada de la Edad de Piedra.

Este período, hace unos 2,5 millones de años, se caracterizó por los cambios anatómicos y fisiológicos que ocurrían en los seres humanos a medida que se adaptaban al clima, aprendían a cocinar la carne con fuego y comenzaban a utilizar herramientas de piedra para un mejor acceso a los alimentos. Algunos antropólogos y expertos en nutrición sostienen que la dieta de nuestros antepasados influyó mucho en su expansión neuronal, aumentando el tamaño del cerebro y reduciendo el tamaño de su tracto gastrointestinal. Los expertos aclaran que no es una dieta milagro, pero tampoco es una opción óptima.

“La dieta mediterránea incluye más grupos de alimentos y tiene más evidencia científica”. La restricción de ciertos alimentos es lo que puede llevar a que, si no está bien planificada, aparezcan carencias nutricionales en quienes siguen la dieta paleo.



MESA REDONDA: JUNTOS FRENTE A LA DANA



El pasado 18 de diciembre fuimos invitados por el IES Valle del Oja a una mesa redonda celebrada en el Teatro Avenida en la que participaron varios voluntarios y voluntarias que habían acudido a Valencia a causa del desastre provocado por la DANA.

Durante dos horas compartieron con nosotros algunas de las experiencias vividas allí y también resolvieron muchas de nuestras dudas. Como agradecimiento, al final de la jornada les obsequiamos con unos pasteles hechos en nuestra escuela por los alumnos y alumnas de pastelería.

BRUNCH EN LA CAFETERÍA

Otro año más nos visitaron unas clientas muy especiales para disfrutar de un brunch. Se fueron encantadas y volvieron a reservar, nosotros muy agradecidos las recibiremos como siempre.

¡Hasta la próxima!





Preelaboración en la cafetería.

MENÚ CAFETERÍA:

- ★ **APERITIVO DE SOPA DE AJO**
- ★ **TOSTA CON MERMELADA DE FRUTOS ROJOS Y QUESO BRIE**
- ★ **ROLLITOS DE BACON Y QUESO**
- ★ **PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE**
- ★ **MILHOJAS DE CREMA**

SOPA DE AJO



INGREDIENTES:

- Pan duro
- Caldo de carne
- Dientes de ajo
- Huevos
- Pimentón
- Aceite de oliva
- Sal

ELABORACIÓN:

Cubrimos el fondo de una cazuela con aceite y doramos los ajos a fuego bajo. Después añadimos el pimentón, removemos y agregamos enseguida el pan troceado. Cocinamos durante 5 minutos.

Más tarde, añadimos el caldo de carne y sazonamos con sal. Cuando comience a hervir, incorporamos los huevos y mezclamos ligeramente con una cuchara de madera. Finalmente apagamos el fuego.

TOSTA CON MERMELADA DE FRUTOS ROJOS Y QUESO BRIE

INGREDIENTES:

- Pan
- Frutos rojos
- Queso brie
- Azúcar
- Mayonesa

ELABORACIÓN:

En una sartén, derretimos a fuego lento los frutos rojos, añadimos azúcar y dejamos que repose.

Después cortamos rebanadas de pan, las tostamos y en la base ponemos un poco de mayonesa.

Una vez hecho esto, pasamos el queso brie por la plancha, lo colocamos encima del pan y echamos por encima la mermelada de frutos rojos realizada previamente.



ROLLITOS DE BACON Y QUESO

INGREDIENTES:

- Bacon
- Queso
- Harina
- Huevo
- Pan

ELABORACIÓN:

En primer lugar, cogemos una loncha de bacon y ponemos otra de queso por encima doblada por la mitad. Lo enrollamos, lo pasamos por harina y después por huevo.

Una vez formados los rollitos, los ponemos en la sartén a freír a fuego lento hasta que se doren y queden crujientes.

Cuando los tengamos listos, para emplatar, los ponemos encima de una rebanada de pan.



PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE

INGREDIENTES:

- Cebolla
- Zanahoria
- Carne picada
- Sal
- Pimiento rojo entero
- Harina
- Huevo
- Leche

ELABORACIÓN:

En primer lugar, picamos la cebolla y la zanahoria en brunoise. Ponemos ambas a freír a fuego lento y después añadimos la carne picada.

Tras mezclarlo todo, echamos un poco de leche, removemos y dejamos que se haga a fuego lento.

Una vez tenemos terminado el relleno, lo ponemos dentro de los pimientos. Después los pasamos por harina y huevo y los ponemos a freír.

Por último, para emplatar, colocamos los pimientos encima de una rebanada de pan.



MILHOJAS DE CREMA



INGREDIENTES:

- Leche entera
- Extracto de vainilla
- Azúcar
- Maicena
- Dos yemas y un huevo entero
- Hojaldre

ELABORACIÓN:

Para hacer la crema pastelera ponemos en un cazo la leche, el azúcar, las yemas, el huevo y el almidón de maíz, y con unas varillas mezclamos todo. Después lo ponemos a fuego lento, removiendo constantemente con las varillas hasta que espese. Agregamos el extracto de vainilla, retiramos del fuego y dejamos enfriar cubriendo con film de plástico la superficie.

Una vez hecho esto, extendemos la masa de hojaldre y la dividimos en rectángulos del tamaño que queramos hacer nuestros milhojas. Cocemos el hojaldre unos 20 minutos en el horno a 200°C.

Por último, distribuimos la crema pastelera encima del hojaldre dejando sin cubrir las tapas. Tapamos y espolvoreamos por encima el azúcar glas.

JANUARY

*"Sparkling winter sunshine,
Faces all aglow,
Making resolutions,
And angels in the snow.*

*Steaming cups of cocoa,
A year that's fresh and new...
All of this is magic.
Unfolding just for you."*





TEXTOS PRESCRIPTIVOS HUMORÍSTICOS

INSTRUCCIONES PARA SER FELIZ:

- No tienes que ir en busca de la felicidad, sino en busca de las pequeñas cosas.
- Sé congruente con lo que haces, piensas y sientes.
- Disfruta de lo sencillo.
- Ten dinero, mucho dinero.
- Sal con tus amigos.
- Viaja solo con tus amigos.
- Hazte tatuajes y piercings.
- Compra comida.
- Báñate de vez en cuando.

P.D.: Si no eres feliz con esto, ya no puedes hacer nada. Acude a un profesional.

Sara Corrales Ramírez (2° GB)

INSTRUCCIONES PARA EL DESAMOR:

- Reconoce y acepta tus emociones.
- Acepta el duelo y llévalo de manera saludable.
- Quiérete mucho para elevar tu autoestima y sentirte bien contigo mismo.
- Busca apoyo en amigos y familiares para curar las penas.
- Aprende cosas nuevas y haz actividades diferentes.
- Por último, recuerda que de amor nadie se muere sino que a veces las cosas se desmoronan para que otras mejores puedan construirse.

P.D.: El día que el amor se convierta en alcohol me lo tomaré en serio.

Zornica Kaloyanova Marinova (2° GB)

ADIVINA ADIVINANZA

1

"What jumps when it walks and sits when it stands?"

2

"What is at the end of everything?"

3

"What has a neck but no head?"

4

"What has a thumb and four fingers but is not alive?"

5

"What must be broken before you can use it?"

SOLUCIONES:
(1) A kangaroo. (2) The letter G. (3) A bottle.
(4) A glove. (5) An egg.

LA IMPORTANCIA DE LOS RECURSOS HUMANOS EN EL ALOJAMIENTO TURÍSTICO



El Grado Superior en Gestión Alojamientos Turísticos (GAT) es una formación clave para todas aquellas personas interesadas en el sector turístico, que sigue siendo uno de los sectores con mayor demanda en todo el mundo. Este ciclo formativo ofrece las herramientas y conocimientos necesarios para gestionar de manera eficiente todos los aspectos relacionados con los alojamientos turísticos, desde la atención al cliente hasta la administración y gestión de los recursos humanos.

Uno de los roles más importantes dentro de este sector es el de recepcionista de hotel. Este puesto requiere una combinación de habilidades técnicas, organizativas y de comunicación, las cuales nos enseñan a lo largo de los dos años que dura el ciclo: gestionar reservas, solucionar problemas de los clientes, coordinarnos con otros departamentos, dar información turística, trabajar en equipo... todo ello en varios idiomas. En nuestro caso, pondremos todas estas habilidades en práctica durante los meses de marzo a junio en diferentes hoteles de La Rioja cuando realicemos las prácticas.

Además del puesto de recepcionista, los titulados también podemos desempeñar roles como jefes de recepción, responsables de calidad o de ventas, o bien gestionar departamentos como el de pisos. Asimismo, podemos trabajar en distintos tipos de establecimientos como hoteles, campings, hostales, pensiones o apartamentos turísticos.

Otra de las cosas más importantes que nos llevamos de estos dos años ha sido el conocer a todos los compañeros que formamos parte de este ciclo formativo. Ojalá algún día volvamos a coincidir con ellos, no dentro de las aulas, sino tras un mostrador en recepción.

Queremos agradecer también a todos los profesores que nos han acompañado durante nuestra formación, en especial a nuestra tutora Nuria.

Elaborado por los alumnos de 2º curso del Ciclo Superior en Gestión de Alojamientos Turísticos: Felipe Correa, Sara Cuevas, Yaiza Ibeas y Carla Sainz.





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**