

# *Las recetas de la residencia*

MERLUZA RELLENA

Porque cocinando aprendemos  
todos

*SABINA RAMOS*

Elaboración de  
material didáctico

Para interiorizar la receta y su  
elaboración

Jugamos con la receta

Para la adquisición de  
destreza en la elaboración  
del plato

Elaboramos la receta

Para adquirir técnicas  
culinarias y disfrutar de la  
misma



Ayuntamiento de  
Miraflores  
de la Sierra

Concejalía  
CULTURA

# MERLUZA RELLENA

## INGREDIENTES:

- Huevo cocido
- aceitunas
- Sal
- Jamón troceado
- Merluza
- Aceite
- Harina
- 3 patatas, 2 tomates y media cebolla.
- 1 vaso de vino blanco

En este bloque dedicado a la cocina en familia, utilizaremos la cocina como un instrumento de interacción social y familiar, en el cual, además de establecer lazos interpersonales, los más pequeños podrán desarrollar su autonomía personal adquiriendo técnicas culinarias sencillas

## ELABORACIÓN:

- Picar el jamón, huevo y aceituna y rellenar la merluza, atarla, enharinarla y freirla.
- Pelar y cortar las patatas en rodajas, la cebolla y el tomate.
- Precalentar el horno y una vez caliente, colocar los ingredientes en una bandeja de horno y dejar hornear 30 minutos.



## Ingredientes

## ELABORACIÓN DE TARJETAS

Fabricamos tarjetas con folios, cartón o lo que tengamos en casa de ingredientes y acciones a utilizar en nuestra receta

## JUEGOS

Realizamos juegos a fin de interiorizar nuestra receta.

1. ¿Qué ingredientes utilizamos? Mezclamos las tarjetas, elegimos las correspondientes a ingredientes y las colocamos sobre la mesa, estableciendo un tiempo.

2. ¿Qué acciones vamos a realizar?

Hacemos lo mismo que en el juego anterior pero con las acciones.

3. Secuencia de ingredientes y acción según aparece en la imagen, ordenándolas por filas.

## SOY UN CHEF

Sentados a la mesa, nuestro pequeño chef nos presenta su plato



## Acciones



## Secuencias



# *Las recetas de la residencia*

PATATAS REVOLCONAS

Porque cocinando aprendemos  
todos

*SINFORIANO  
ESTEBAN*

Elaboración de  
material didáctico

Para interiorizar la receta y su  
elaboración

Jugamos con la receta

Para la adquisición de  
destreza en la elaboración  
del plato

Elaboramos la receta

Para adquirir técnicas  
culinarias y disfrutar de la  
misma



Ayuntamiento de  
Miraflores  
de la Sierra

Concejalía  
CULTURA

## PATATAS REVOLCONAS

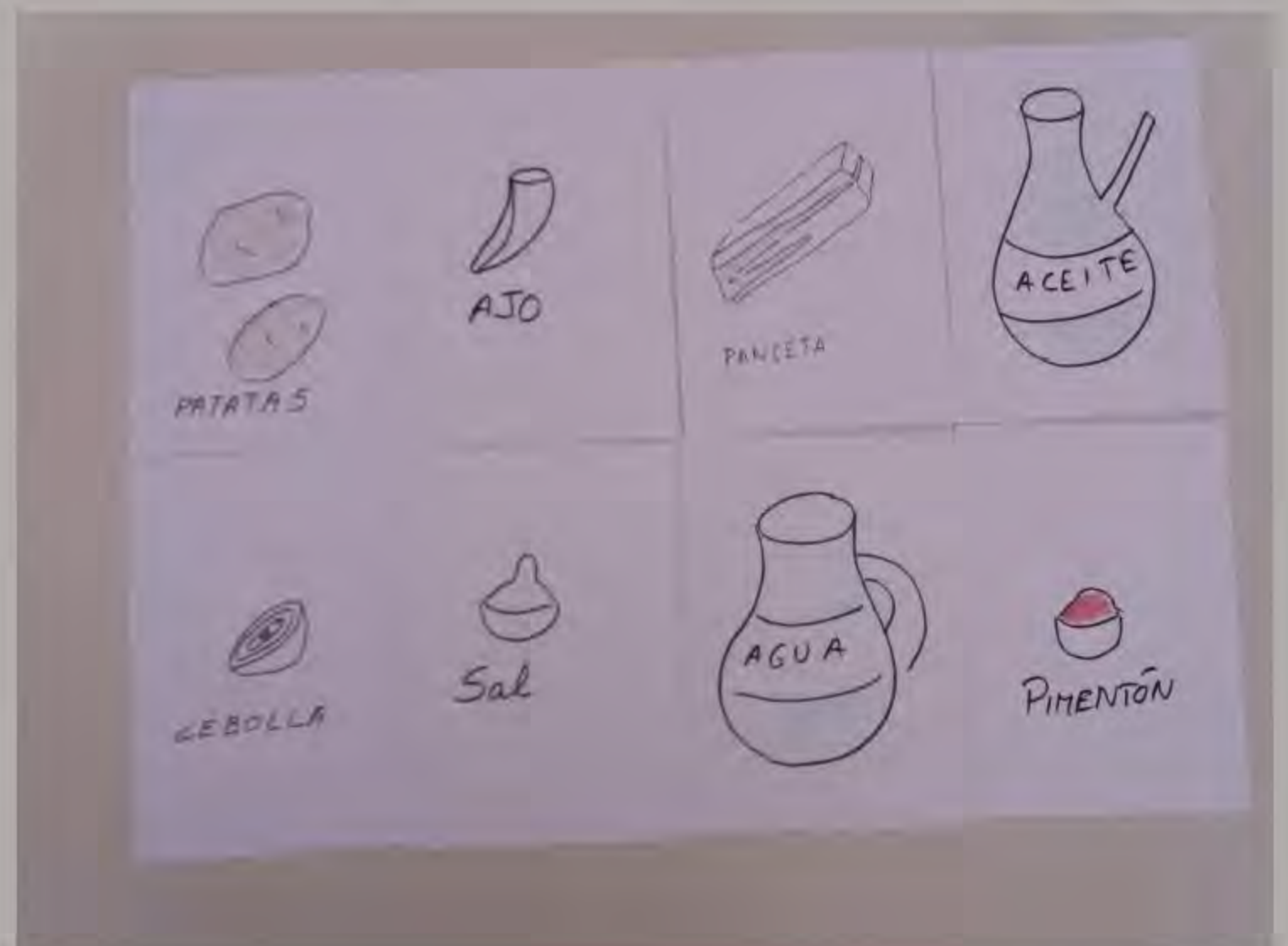
En este bloque dedicado a la cocina en familia, utilizaremos la cocina como un instrumento de interacción social y familiar, en el cual, además de establecer lazos interpersonales, los más pequeños podrán desarrollar su autonomía personal adquiriendo técnicas culinarias sencillas

### INGREDIENTES:

- 4 patatas
- Sal
- Agua
- Torreznos o panceta
- Aceite
- 3 dientes de ajo, media cebolla.
- Pimentón.

### ELABORACIÓN:

- Cocer las patatas con un poco de cebolla
- Cortar el ajo y sofreír en el aceite, poner una cucharada de pimentón
- Machacar las patatas y el ajo con el pimentón
- Adornar con torreznos



**Ingredientes**

## ELABORACIÓN DE TARJETAS

Fabricamos tarjetas con folios, cartón o lo que tengamos en casa de ingredientes y acciones a utilizar en nuestra receta

## JUEGOS

Realizamos juegos a fin de interiorizar nuestra receta.

1. ¿Qué ingredientes utilizamos? Mezclamos las tarjetas, elegimos las correspondientes a ingredientes y las colocamos sobre la mesa, estableciendo un tiempo.

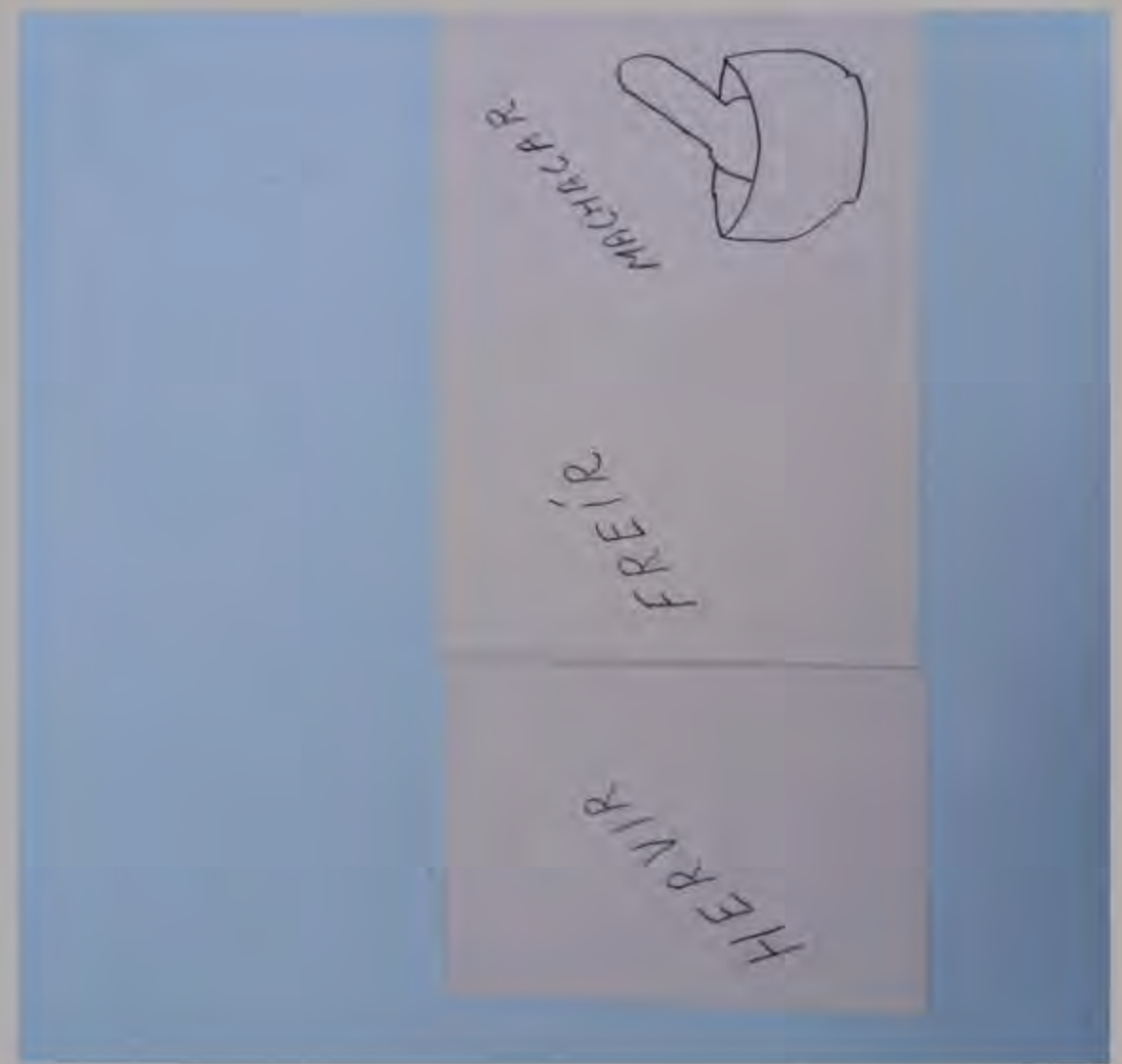
2. ¿Qué acciones vamos a realizar?

Hacemos lo mismo que en el juego anterior pero con las acciones.

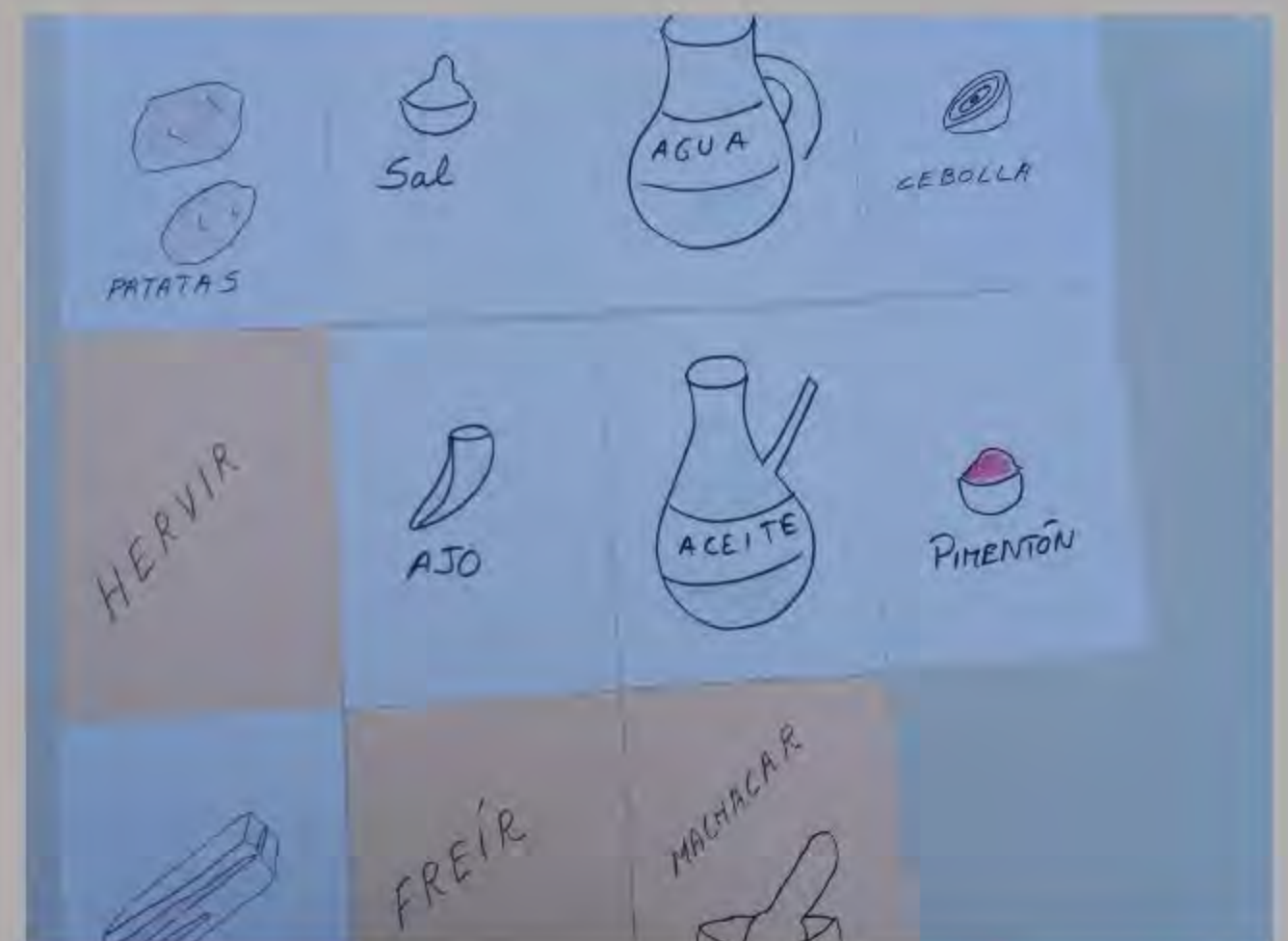
3. Secuencia de ingredientes y acción según aparece en la imagen, ordenándolas por filas.

## SOY UN CHEF

Sentados a la mesa, nuestro pequeño chef nos presenta su plato



## Acciones



## Secuencias





# *Las recetas de la residencia*

S O P A D E A J O

---

Porque cocinando aprendemos  
todos

*SABINA RAMOS*

Elaboración de  
material didáctico

Para interiorizar la receta y su  
elaboración

Jugamos con la receta

Para la adquisición de  
destreza en la elaboración  
del plato

Elaboramos la receta

Para adquirir técnicas  
culinarias y disfrutar de la  
misma



Ayuntamiento de  
Miraflores  
de la Sierra

Concejalía  
CULTURA

# SOPA DE AJO

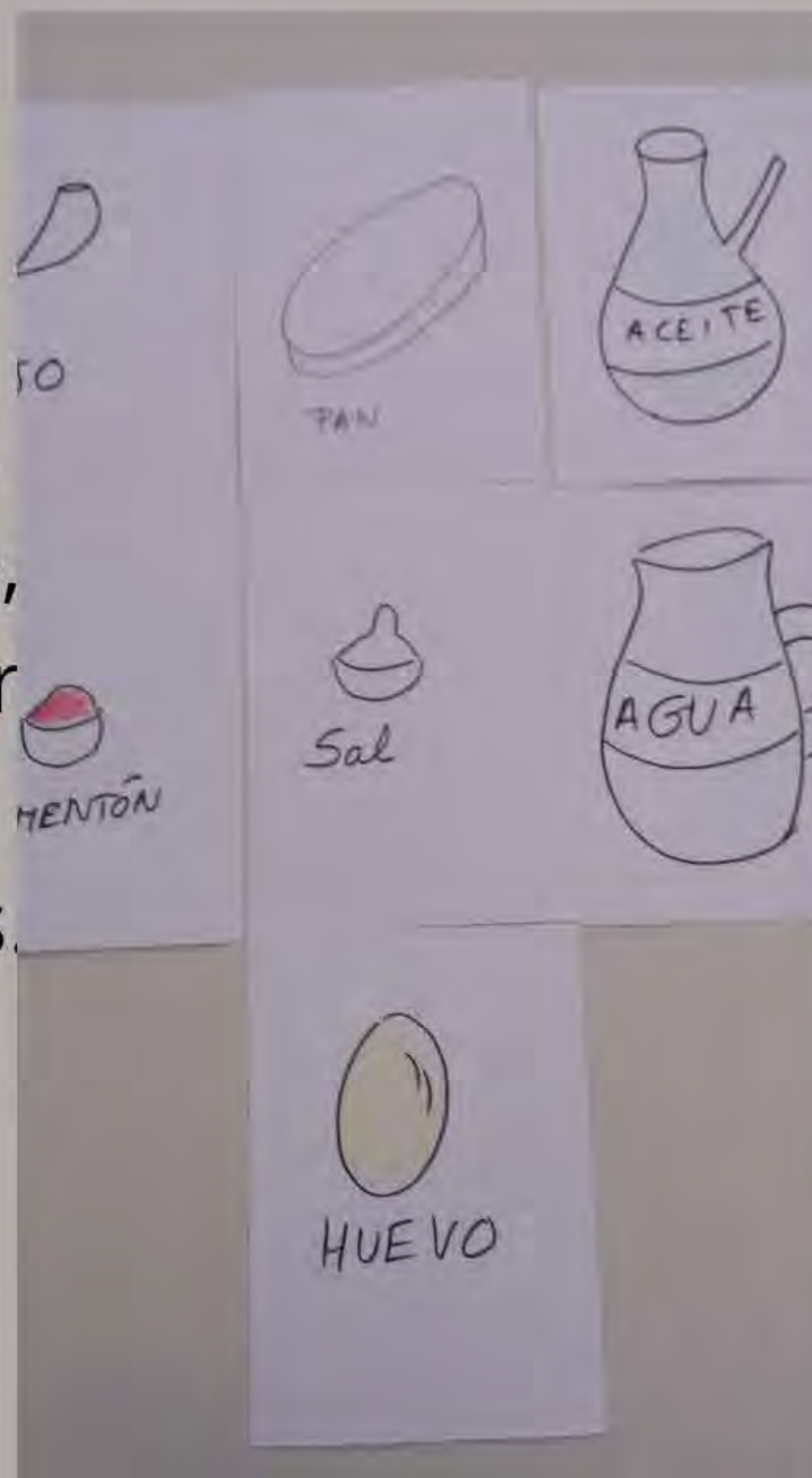
## INGREDIENTES:

- 1 huevo
- 1 rebanada de pan
- Aceite
- Sal
- Pimentón
- Agua
- Sal

En este bloque dedicado a la cocina en familia, utilizaremos la cocina como un instrumento de interacción social y familiar, en el cual, además de establecer lazos interpersonales, los más pequeños podrán desarrollar su autonomía personal adquiriendo técnicas culinarias sencillas

## ELABORACIÓN:

- Freimos el ajo y el pan
- Lo majamos en el mortero con el pimentón.
- En una cazuela de barro, ponemos el agua a hervir colocamos el majado y dejamos cocer 5 minutos.
- Escalfamos un huevo y servimos.



**Ingredientes**

## ELABORACIÓN DE TARJETAS

Fabricamos tarjetas con folios, cartón o lo que tengamos en casa de ingredientes y acciones a utilizar en nuestra receta

### JUEGOS

Realizamos juegos a fin de interiorizar nuestra receta.

1. ¿Qué ingredientes utilizamos? Mezclamos las tarjetas, elegimos las correspondientes a ingredientes y las colocamos sobre la mesa, estableciendo un tiempo.

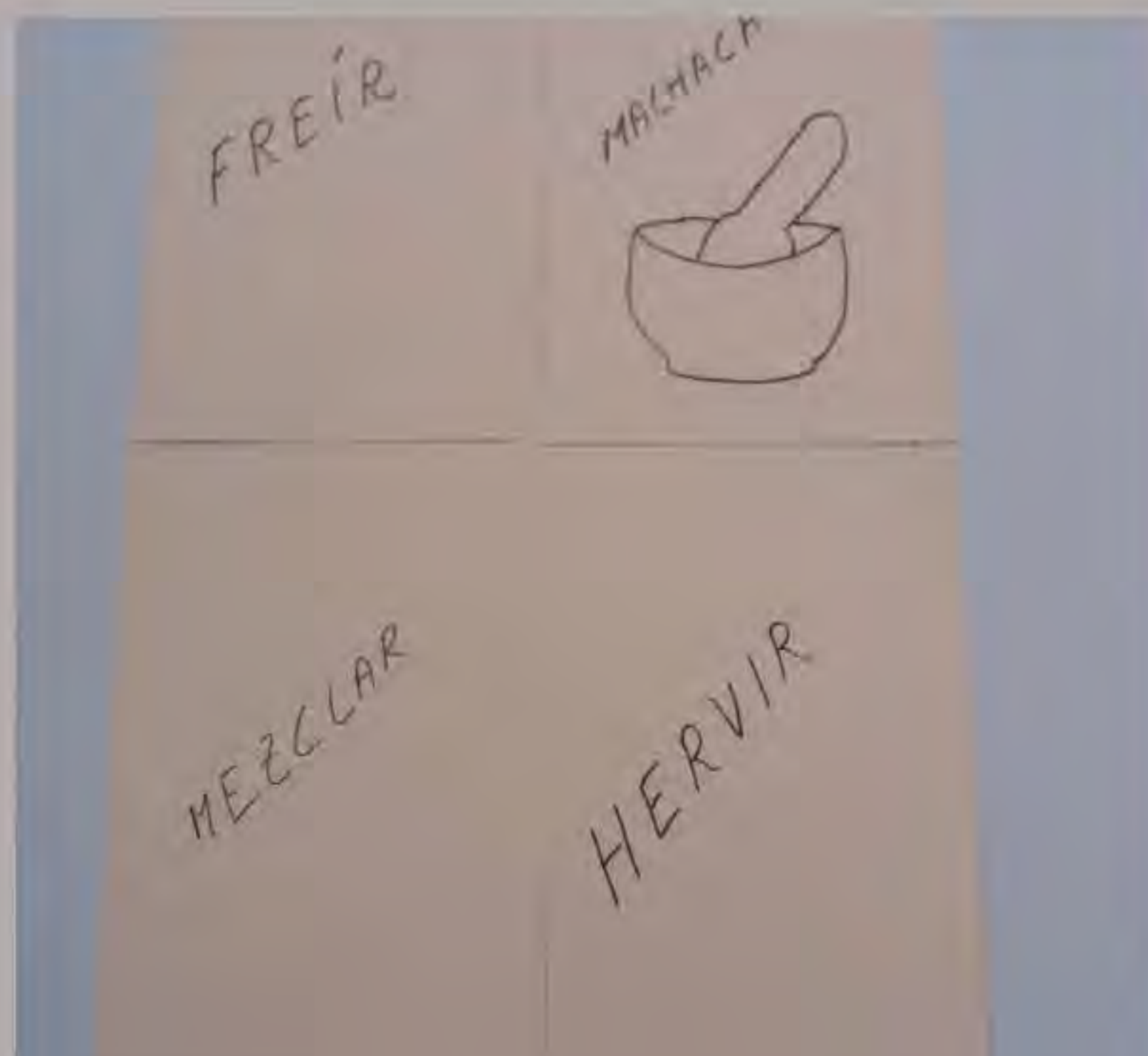
2. ¿Qué acciones vamos a realizar?

Hacemos lo mismo que en el juego anterior pero con las acciones.

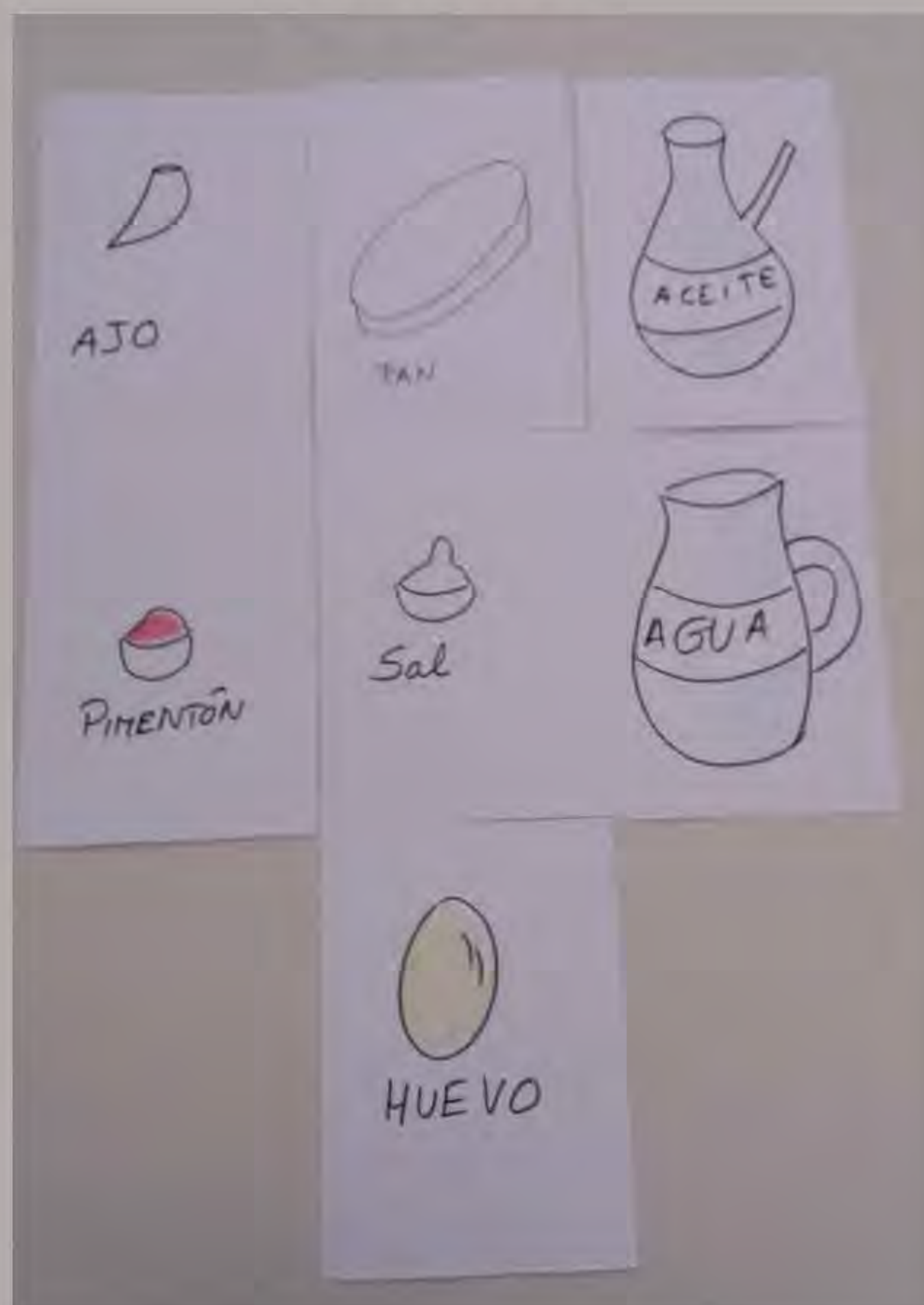
3. Secuencia de ingredientes y acción según aparece en la imagen, ordenándolas por filas.

### SOY UN CHEF

Sentados a la mesa, nuestro pequeño chef nos presenta su plato



### Acciones



### Secuencias



# *Las recetas de la residencia*

## TORTILLA DE PATETAS

---

Porque cocinando aprendemos  
todos

*MARÍA  
BALLESTEROS*

Elaboración de  
material didáctico

Para interiorizar la receta y su  
elaboración

Jugamos con la receta

Para la adquisición de  
destreza en la elaboración  
del plato

Elaboramos la receta

Para adquirir técnicas  
culinarias y disfrutar de la  
misma



Ayuntamiento de  
Miraflores  
de la Sierra

Concejalía  
CULTURA

# TORTILLA DE PATATAS

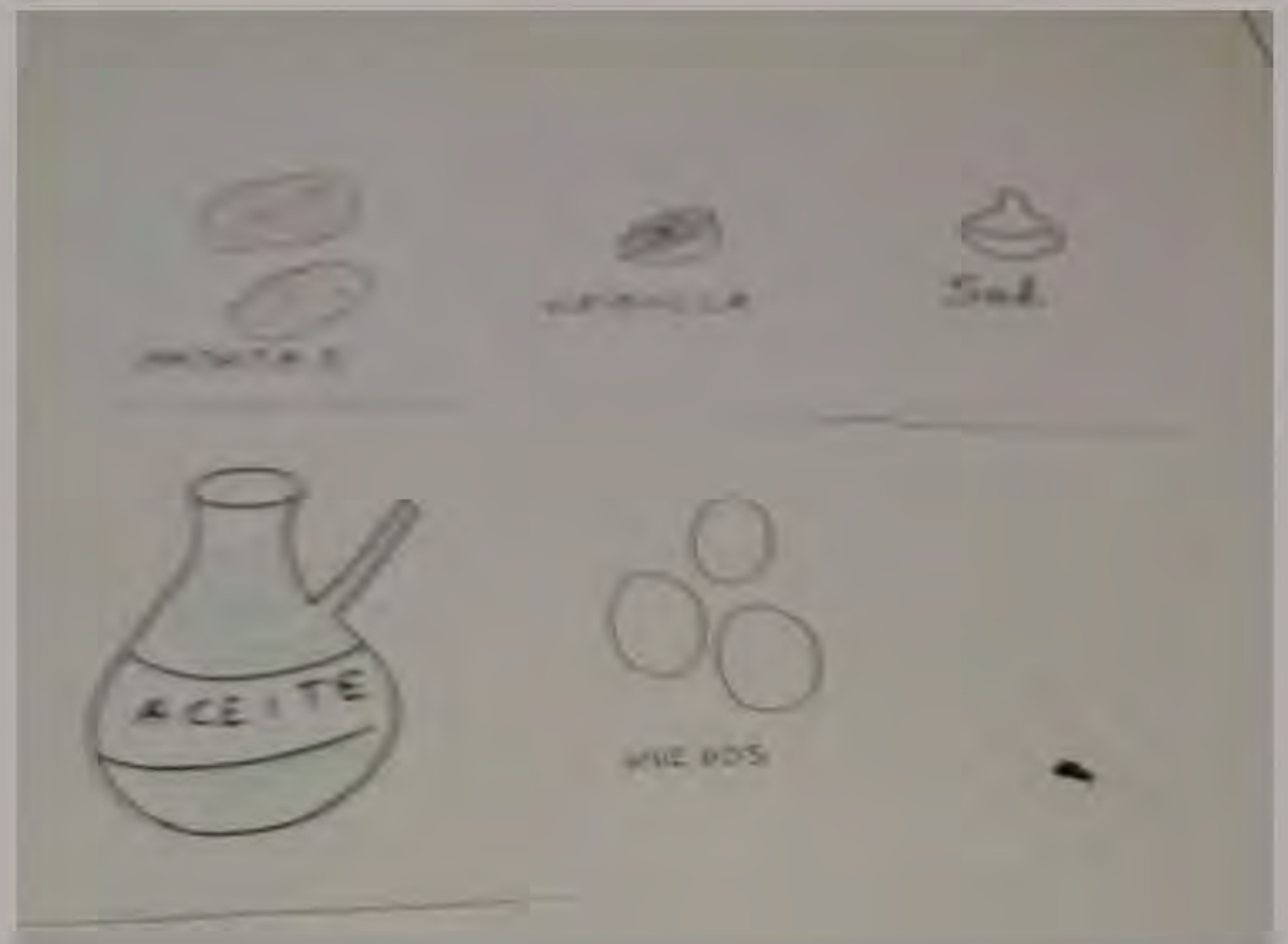
En este bloque dedicado a la cocina en familia, utilizaremos la cocina como un instrumento de interacción social y familiar, en el cual, además de establecer lazos interpersonales, los más pequeños podrán desarrollar su autonomía personal adquiriendo técnicas culinarias sencillas

## INGREDIENTES:

- 4 patatas
- Sal
- 1 cebolla
- 4 huevos
- Aceite

## ELABORACIÓN:

- Pelar y cortar las patatas y la cebolla
- Freirlas
- Batir los huevos y mezclar con las patatas
- Cuajar la tortilla en una sartén



**Ingredientes**

## ELABORACIÓN DE TARJETAS

Fabricamos tarjetas con folios, cartón o lo que tengamos en casa de ingredientes y acciones a utilizar en nuestra receta

## JUEGOS

Realizamos juegos a fin de interiorizar nuestra receta.

1. ¿Qué ingredientes utilizamos? Mezclamos las tarjetas, elegimos las correspondientes a ingredientes y las colocamos sobre la mesa, estableciendo un tiempo.

2. ¿Qué acciones vamos a realizar?

Hacemos lo mismo que en el juego anterior pero con las acciones.

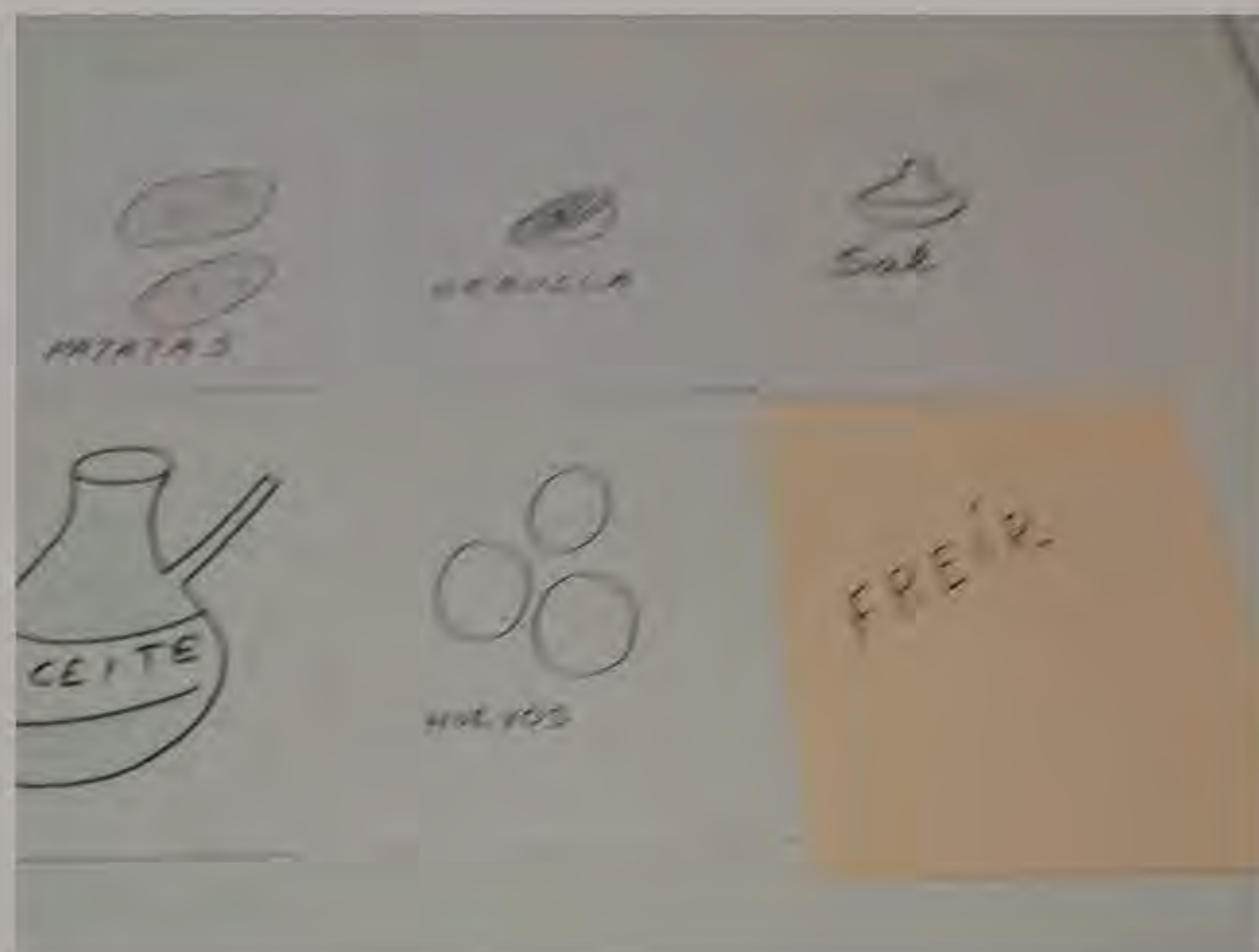
3. Secuencia de ingredientes y acción según aparece en la imagen, ordenandolas por filas.

## SOY UN CHEF

Sentados a la mesa, nuestro pequeño chef nos presenta su plato



## Acciones



## Secuencias