



<b>Asignatura:</b> Vocacional	
<b>Docente:</b> Aurora Ortega Herrera -Camila Ramos	<b>Curso:</b> Laboral 3 A
<b>Objetivo de Aprendizaje:</b> Elaborar recetas típicas navideñas "Ensalada rusa"	
<b>Contenido:</b> Recetas de navidad.	
<b>Habilidad:</b> Valorar preparaciones típicas de navidad, conocer sus características, observar la elaboración recordando los ingredientes y su proceso.	
<b>Semana N°: 33</b> (lunes 23 al viernes 27 de noviembre)	

### HORARIO DE CLASES ONLINE SEMANAL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SOCIAL	LENGUAJE	LIBRE Reuniones administrativas	MATEMÁTICAS	VOCACIONAL
09:30 A 10:30	09:30 A 10:30		09:30 A 10:30	09:30 A 10:30
		LIBRE Reuniones administrativas	EDUCACIÓN FÍSICA 12:00 A 12:45	

Recuerda que el recuadro destacado con color corresponde a la asignatura a realizar ese día, el link de la clase se enviará 5 minutos antes de la hora señalada al correo y también por WhatsApp, debes estar atento.

# Saludo y normas de la clase



Ser puntual  
a la hora de  
conectarse



Silenciar el  
micrófono y  
activarlo  
cuando te lo  
soliciten



Pedir la  
palabra para  
opinar



Ser  
respetuoso  
con las  
opiniones de  
los demás



Escuchar y  
poner  
atención a la  
clase



Todas las  
preguntas  
que hagas  
son  
importantes,  
que no te de  
vergüenza  
hacerlas.

# ¿Qué aprenderás en la clase?

▶ Objetivo:

Elaborar recetas típicas navideñas "Ensalada rusa"

▶ Habilidades que desarrollarás:

Valorar preparaciones típicas de navidad, conocer su historia, observar la elaboración recordando los ingredientes y su proceso.





*Colegio*  
*Ricardo Olea*  
CORMUN RANCAGUA

¿Sabes lo qué es una  
ensalada rusa?

¿Has preparado  
alguna vez  
alguna?

¿Qué  
ingredientes  
crees o sabes  
que tiene?







*Colegio*  
*Ricardo Olea*  
CORMUN RANCAGUA

# Historia de la ensalada rusa

- ▶ Tiene su origen, como su nombre lo dice en Rusia .
- ▶ Esta receta comenzó a prepararse con ingredientes humildes, como el pollo, el jamón cocido, las zanahorias y los guisantes, pero siempre manteniendo en su base las papas cocidas y la salsa a base de mayonesa.
- ▶ Esta ensalada se expandió a otros países ya que refugiados rusos huyeron de su país traspasando fronteras con su receta adaptándola a los productos de los pueblos o ciudades donde llegaban.





**Colegio**  
**Ricardo Olea**  
CORMUN RANCAGUA

# Preparaciones de ensalada rusa







**Colegio**  
**Ricardo Olea**  
CORMUN RANCAGUA

# Acciones antes de preparar un alimento

La seguridad del lugar para evitar accidentes

Higienización del lugar de trabajo, utensilios, muebles y superficies.



Higiene personal

Adecuado lavado de manos, antes, durante y al término de cocinar

Higienización de los alimentos, lavar y desinfectar



**Colegio**  
**Ricardo Olea**  
CORMUN RANCAGUA

# Receta del producto y paso a paso explicado por la jefa de taller Camila Ramos

## Ensalada rusa

### Ingredientes:

- 5 papas cocidas y picadas en cubos
- ½ pimentón rojo picado en cubos pequeños (opcional)
- 2 zanahorias cocidas y picadas en cubos
- ½ taza de arvejas cocidas
- Atún o huevo duro
- Limón
- Sal
- Aceite









**Colegio**  
**Ricardo Olea**  
CORMUN RANCAGUA

# Pauta de evaluación

Indicadores	Logrado	Medianamente logrado	No logrado
Nombra acciones de seguridad en la cocina			
Menciona acciones de higiene en la cocina			
Identifica ingredientes de la receta			
Recuerda el paso a paso de la preparación			
Participa en las actividades de la clase respondiendo a preguntas relacionadas a la receta			