

Asignatura: Vocacional Solucionario	
Docente: Evelyn Maturana C.	Curso: Laboral 3 E
Objetivo de Aprendizaje: Conocer diferentes tipos de Harinas	
Contenido: Reconocer ingredientes de preparación de alimentos.	
Habilidad: Interiorizar conocimientos básicos de alimentos	
Semana N°: 16 (Lunes 13 al viernes 17 de julio)	
Link cápsula de aprendizaje:	

Horario Semanal Sugerido					
Tiempos	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Mañana 45 min.	Actividades pendientes	Matemáticas	Vocacional	Lenguaje	Social
Tarde 45 min.	Actividades pendientes	Matemáticas	Vocacional	Lenguaje	Social



Hola chicos y chicas!!

Nos encontramos en la tercera semana de julio y conoceremos otro alimento fundamental en repostería esta es **la Harina,**

Pero ¿Qué es la harina? es un polvo fino que se obtiene del cereal molido de otros alimentos ricos en almidón. Se puede obtener harina de distintos cereales. Aunque la más habitual es harina de trigo, también se hace de harina de centeno, de cebada, de avena, maíz o arroz. Existen harinas de leguminosas e incluso de semillas.

1) Observa el siguiente video que te muestra los diferentes tipos de harinas, pega el URL en YouTube

URL: https://www.youtube.com/watch?v=C1INjo_j03s



Cuadro comparativo entre harinas

Harinas fuerza	Harinas flojas
Con gluten entre 13 y 15 %	Con menos gluten 7 y 11 %
Preparación de panes y pizzas	Biscochos y tortas
Harina de trigo, de cebada, centeno y avena	Almendras, soya, maíz, arroz, coco, papa y Yuca
Masas de gran resistencia y elasticidad	Masas de menos resistencia
Se usan en Panadería	Se usan en Repostería

2) Observa el siguiente video que te muestra cómo se procesa el trigo para hacer harina, pega el URL en YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=zLLzmlJsfG8>



3) Observa el siguiente video que te muestra otros tipos de harinas y como hacerlas en tu hogar, pega e URL en YouTube
<https://www.youtube.com/watch?v=rMx4XKrv8xc>



4) Observa el último video donde se ve un destacado chef realizando un rico pan, pega e URL en YouTube
https://www.youtube.com/watch?v=Gf_2RKRWd5A



5) Observa el último video que te informa sobre las características principales de las harinas, pega el URL en YouTube
https://www.youtube.com/watch?v=iiKbg_QLVoI



6) Según lo visto en los videos, responde las siguientes preguntas:

- Anota los tipos de harinas que vistes en los videos
Harina de trigo, de centeno, de avena, de coco, de linaza, de arroz, de quínoa, etc.
- Cuáles son las características de las harinas fuerza

Con gluten entre 13 y 15 %
Preparación de panes y pizzas
Harina de trigo, de cebada, centeno y avena
Masas de gran resistencia y elasticidad
Se usan en Panadería

- Cuáles son las características de las harinas flojas

Con menos gluten 7 y 11 %
Biscochos y tortas
Almendras, soya, maíz, arroz, coco, papa y Yuca
Masas de menos resistencia
Se usan en Repostería

- Anota las etapas del proceso de elaboración de la harina
Limpieza del trigo, molienda de trigo, cernido, enriquecimiento, almacenamiento, transporte.
- Que tipos de harina utiliza el destacado chef Carlo en la preparación del pan
Harina de trigo integral fina y gruesa y salvado de trigo

Buen trabajo!!