



TALLER DE COCINA

UIHP

PROYECTO DE EDUCACIÓN
AMBIENTAL DE URDAIBAI

UIHP

El equipo pedagógico del proyecto de educación ambiental de Urdaibai (UIHP) ha desarrollado este informe para el profesorado que va a desarrollar este taller durante su estancia, así como para cualquier persona interesada en este taller.

Tanto alumnos como profesores de diferentes centros escolares desarrollan proyectos de educación ambiental y realizan diversos talleres durante una semana de estancia. Cada taller está organizado en tres sesiones de dos horas que pueden desarrollarse con tranquilidad.

El trabajo pedagógico en el UIHP se basa en un enfoque constructivo y de evaluación y adquiere gran importancia, entre otros, el trabajo en equipo, el aprendizaje entre iguales, la atención a la diversidad y la actitud cercana del docente hacia el alumnado.

En la misma línea, con el desarrollo del taller el profesorado tiene la oportunidad de enriquecer la intervención pedagógica.

Por un lado, en los talleres se juntan alumnos de diferentes centros educativos con realidades y culturas diversas, lo que permite profundizar en el tratamiento de la diversidad. Por otro lado, trabajan en equipo haciendo una manualidad, lo cual brinda una oportunidad única para impulsar el aprendizaje entre iguales y desarrollar un aprendizaje significativo.



ÍNDICE

I	INTRODUCCIÓN	4
II	OBJETIVOS	5
III	PLANIFICACIÓN	6
III.I	PLANIFICACIÓN POR SESIONES	7-20 7-13
III.I.I	SESIÓN 1	
	• PLATO DE HARVARD	10
	• PRUEBA DE HIGIENE	11
	• TORTILLA DE CALABACIÓN	12
III.I.II	SESIÓN 2	14-17
	• CEREALES DE CHOCOLATE	15
	• GOMINOLAS SALUDABLES	16
III.I.II	SESIÓN 3	18-20
	• PIZZA CASERA	19

1. INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia la cocina ha sido una actividad humana básica. La realidad es que tenemos que comer todos los días, y además de satisfacer la necesidad disfrutamos de comer. Todos los pueblos han desarrollado en mayor o menor medida una cocina propia, que ha tenido un lugar en su cultura y que es de gran importancia en la de Euskal Herria.

En los últimos años la cocina está perdiendo su espacio en nuestros hogares, algo asociado a diversos cambios de hábitos: comemos en restaurantes o comedores de escuelas y talleres, vamos con prisa y comemos alimentos precocinados...

En consecuencia, dedicamos menos tiempo a la elaboración de nuestros propios alimentos y consumimos cada vez más productos que han sufrido procesos industriales y que requieren poca preparación. Estos productos contienen aditivos para mejorar su conservación y su aspecto, sustancias que pueden generar problemas de salud. Además, con el uso de estos productos aumenta el número de residuos que se acumulan en la cocina y se agrava el problema medioambiental que genera la basura.



2. OBJETIVOS

Objetivos generales de los talleres

- Participar activamente en las actividades grupales, asumiendo con responsabilidad las tareas propias, valorando las aportaciones propias y ajenas y generando relaciones equilibradas y constructivas con los demás, para construir una convivencia basada en la cooperación, el respeto y la solidaridad.
- Desarrollar la confianza en las propias elaboraciones artísticas, disfrutando con el hacer y valorando sus aportaciones tanto al desarrollo personal como al colectivo, para fortalecer la autoestima y mejorar la capacidad de expresión de ideas y sentimientos.
- Conocer y valorar los diferentes bienes culturales y artísticos, personalizando los recursos para la expresión en una forma estética y creativa, para comprender y valorar el arte y la cultura como expresión de ideas, sentimientos y experiencias y para participar en la conservación e innovación del patrimonio.

Objetivo del taller de cocina

- Aprender a cuidar las condiciones básicas de salud, limpieza y organización en la preparación de la comida, evitando riesgos y fomentando actitudes responsables para adquirir el hábito de una vida sana.
- Asumir responsabilidades en la elaboración de alimentos, utilizando diferentes medios y técnicas de elaboración a partir de una receta para desarrollar la autonomía personal.
- Tomar conciencia de la importancia de cocinar en casa, a partir de las materias primas, para la salud y el medio ambiente, produciendo recetas a través de ingredientes naturales con el fin de mantener hábitos saludables y en adelante seleccionar los ingredientes con actitud crítica.
- Utilizar los recursos necesarios y gestionar los residuos de forma sostenible en el proceso de elaboración de alimentos, utilizando todos los recursos de forma moderada, reutilizándolos cuando sea posible y clasificando los residuos, para adoptar actitudes a favor del medio ambiente.



3. PLANIFICACIÓN

Hemos preparado recetas adaptadas a las diferentes edades y situaciones del alumnado, teniendo en cuenta las dificultades de elaboración de los productos.

Sesión 1

- 1- Organización del espacio
- 2- Presentación del grupo
- 3- Objetivos
- 4- Presentación del aula
- 5- Nombramiento de responsables
- 6- Introducción
- 7- Plato de Harvard
- 8- Prueba de higiene
- 9- Tortilla de calabacín
- 10- Recoger el taller y cata

Sesión 2

- 1- Organización del espacio
- 2- Cereales de chocolate saludables
- 3- Gominolas saludables
- 4- Recoger el taller
- 5- Cata
- 6- Decoración de las bolsas
- 7- Valoración

Sesión

- 1- Organización del espacio
- 2- Pizza casera
- 3- Desmolde de las gominolas
- 4- Preparación de bolsas
- 5- Cata
- 6- Recogida
- 7- Valoración del taller



3.1 PLANIFICACIÓN POR SESIONES

Sesión 1

Se trata de estar a gusto entre amigos y vivir momentos agradables haciendo algo. Por eso, los primeros momentos de esta sesión serán importantes para crear un ambiente agradable desde el principio y empezar a establecer relaciones entre los miembros. Para la realización del taller, teniendo en cuenta los deseos de los miembros del grupo, será imprescindible hacer grupos equilibrados y repartir las responsabilidades.

También se dará mucha importancia a la higiene, tanto la personal (lavarse las manos una y otra vez...) como la de los utensilios y alimentos.

Para empezar a acercarnos al mundo de la cocina, en esta sesión se incidirá en los hábitos básicos de salud, limpieza y organización que hay que tener en la preparación de los alimentos. Con la excusa de realizar una tortilla de calabacín en grupo utilizando diferentes recursos y técnicas, se trabajan los pasos para seguir una receta repartiendo las tareas a realizar, para responsabilizarse del trabajo y promover la autonomía.

La sesión se dividirá en diferentes momentos. La organización y desarrollo de la sesión es la siguiente:

	Momentos:	Material:
30 min	<ol style="list-style-type: none">1. Organización del espacio2. Presentación del grupo3. Objetivos4. Presentación del aula5. Nombramiento de	<p>Hoja de objetivos Hoja de responsables</p>
30 min	<ol style="list-style-type: none">6. Explicación del plato de Harvard7. Prueba de higiene	<p>- Plato de Harvard - Pan de molde - Bandeja</p>
50 min	<ol style="list-style-type: none">8. Elaboración de la tortilla de calabacín9. Elaboración de las bandejas de fruta	<p>- Calabacines: 3 (por grupo) - Huevos: 5 (por grupo) - Aceite - Sal - Palillos (1 por alumno) - Fruta</p>
20 min	<ol style="list-style-type: none">10. Recoger11. Cata12. Valoración del taller	

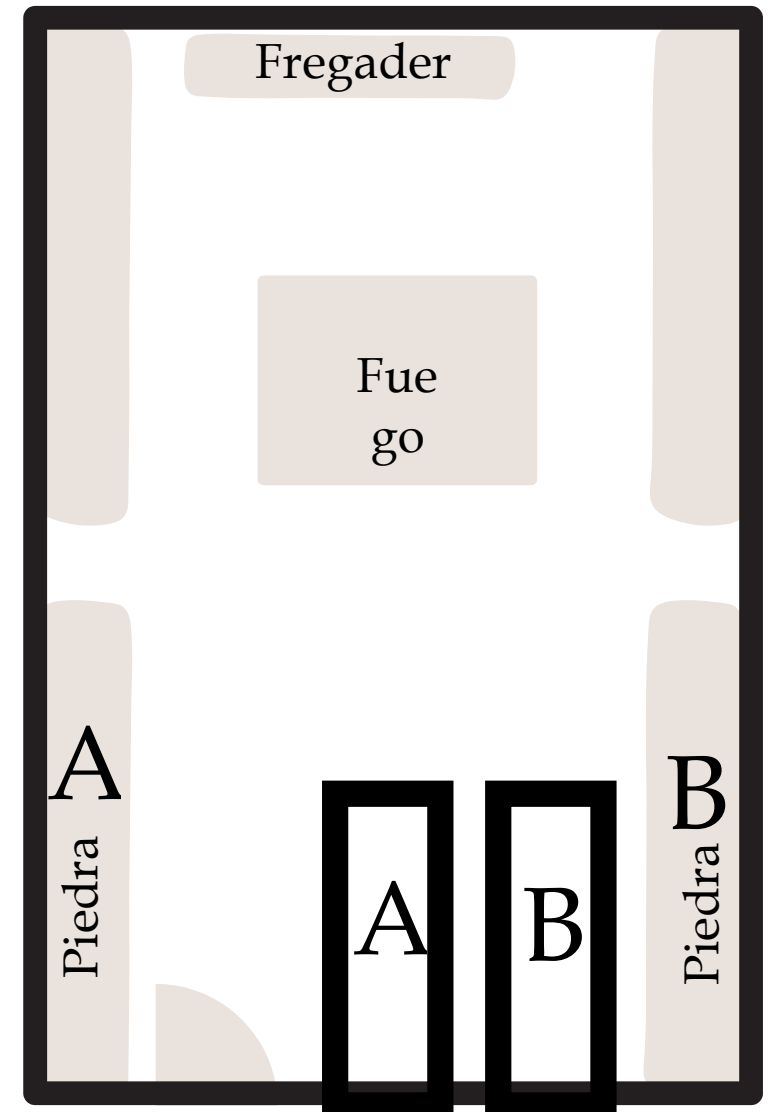
COSAS QUE SE DEBEN TENER EN CUENTA:

- Coger la llave antes de ir al taller.
- Del taller no se puede sacar comida (por seguridad de todos, alergias...)
- Todo el equipo saldrá en el mismo momento, la limpieza será responsabilidad de todos.

1. ORGANIZACIÓN DEL AULA

Es importante tener organizado el espacio antes de que comience el taller, para que cuando los alumnos entren vayan cogiendo sitio con tranquilidad y se vayan instalando.

En el taller se ofrece la oportunidad de trabajar la colaboración, el trabajo en equipo, las relaciones entre los miembros del grupo. Para ello se dividirá en dos grupos al alumnado de los diferentes centros. Cada grupo dispondrá de sus propios utensilios y fregadero (A y B). (ver imagen)



2. PRESENTACIÓN DEL GRUPO

Los alumnos que se han juntado en el grupo pertenecen a diferentes centros, todavía no se conocen. Dado que los momentos del taller van a ser compartidos y colaborativos, se realizará una presentación de cada profesor/a y alumno/a para comenzar a conocerse (quién es, en qué centro, en qué proyecto está...).

Por otro lado, para medir el grado de motivación que trae el alumnado, se preguntará si el taller es de su elección o de su gusto o no. Esto ayudará a predecir el ambiente que se puede crear en el grupo

3. OBJETIVOS

El conocimiento de los deseos, intereses, objetivos... del alumnado ayudará a adecuar la intervención de los profesores. Para recopilar lo que dicen, se utilizará como soporte la "Hoja de Intenciones" (Anexo I).

Profesores y alumnos consensuarán los objetivos de este taller.

Para ello se pueden utilizar las siguientes preguntas: ¿Qué planes tenéis para este taller? ¿Cuáles son vuestros deseos para este taller? ¿Qué esperáis hacer en este taller?...

Con esta herramienta de intenciones aparecerán diferentes expectativas y deseos del alumnado, pero para garantizar los objetivos de los talleres es interesante asegurar estas intenciones; hacer amigos, divertirse, aprender sobre el taller...

La "Hoja de Intenciones" será una herramienta para regular el proceso y realizar una valoración final del taller

4. PRESENTACIÓN DEL AULA

En el taller se realizará una presentación de todos los recursos que se utilizarán para que el alumnado se mueva con autonomía. Utensilios, ingredientes, fuegos, fregaderos (piedras), limpiadores... Se muestra dónde pueden encontrarlos y se explica la necesidad de su orden para que el desarrollo del taller vaya bien.

5. NOMBRAMIENTO DE RESPONSABLES

Para desarrollar el taller de forma organizada, tranquila y ordenada, se designarán responsables.

Para ello se utilizará como soporte la "hoja de responsables" (Anexo III).

Para cada sesión se designará un responsable de cada mesa para que todos asuman la responsabilidad. Este encargado traerá del armario a la mesa todos los ingredientes y utensilios que necesitaría su mesa cada día, fregará, secará, los guardará después y limpiará la mesa.

6. INTRODUCCIÓN

Para llevar a cabo el taller de forma organizada, tranquila y ordenada, se designarán responsables.

Para ello se utilizará como soporte la "hoja de responsables" (Anexo II).

Para cada sesión se designarán en cada mesa los responsables necesarios, para que todos asuman la responsabilidad (debe figurar el nombre de todos). Este encargado traerá a la mesa todos los ingredientes y utensilios que necesitaría su mesa cada día, fregará, secará, guardará después y limpiará la mesa.



7. PLATO DE HARVARD

Para que la mayor parte de tu comida sea verdura y fruta - $\frac{1}{2}$ plato:

Aporta vitaminas, sales minerales, antioxidantes y fibra; además tiene pocas calorías y ayuda a expulsar toxinas del organismo. Las frutas y verduras aportan especialmente vitamina A y C, son fundamentales para prevenir enfermedades.

Hidratos de carbono y/o cereales - $\frac{1}{4}$ de plato:

La función principal de los hidratos de carbono es energética. Suministran energía a todos los órganos del cuerpo, desde el cerebro hasta los músculos. Funcionan como un combustible rápido y fácil por parte del cuerpo humano.

El poder de las proteínas - $\frac{1}{4}$ de plato:

En la dieta hay que consumir proteínas para ayudar al cuerpo a reparar las células y crear nuevas células. La proteína también es importante para el crecimiento y desarrollo de niños, adolescentes y mujeres embarazadas. La proteína te ayuda a crear sensación de saciedad o de plenitud, más que los hidratos de carbono y las grasas. Esta capacidad de las proteínas ayuda a evitar llegar a la siguiente comida con mucha hambre, lo que puede ayudar a tomar menos calorías.



EJERCICIO OPCIONAL:

Cada grupo tomará un plato y, aprovechando los alimentos que hay en la cocina, crearán un "plato Harvard".

(Poner sobre el plato los alimentos, no cocinar.

Existe la posibilidad de hacerlo como un reto con un límite de tiempo, por ejemplo, 2 minutos)

8.PRUEBA DE HIGIENE

Hacer esta prueba es muy sencillo, lo puede hacer cualquiera y hay días en los que las consecuencias se ven muy claras.

De un pan de molde tomaremos con cuidado varias rebanadas y las guardaremos en bolsas transparentes: La primera la guardaremos cuidadosamente sin tocarla (con unos guantes o pinzas), la segunda con las manos limpias, la tercera con las manos sucias y la cuarta con las manos lavadas con una toalla húmeda.

Para analizar los efectos de los gérmenes, las rebanadas de pan de molde se introducirán en bolsas de plástico transparentes. Después las colgamos en la pared y las etiquetamos.

Solo nos falta esperar para el último paso, 3-4 semanas después los efectos son evidentes (pero esto puede variar según la marca de pan), esa larga duración se debe a la influencia de los conservantes que lleva el pan de molde.

El primero (que no ha tenido contacto humano) se conservará bastante bien y el resto mostrará manchas y moho en los lugares que han estado en contacto con los gérmenes, es decir, cuanto más sucias las manos, más manchas tendrá el pan.

Moraleja: Es importante lavarse las manos para estar sanos y fuertes y no llevar toda esa suciedad a nuestro organismo.





TORTILLA DE CALABACÍN



INGREDIENTES

- 3 calabacines
- 5 huevos
- Aceite
- Sal

MATERIAL

- Freidora/horno microondas
- Cuchillo
- Agua
- Un trapo
- Tabla de cortar
- Un recipiente profundo
- Un plato
- Tenedor
- Sartén

CÓMO SE HACE:

- 1-Pelar los calabacines, lavarlos en agua y secarlos con un pañuelo.
- 2.- Trocear los calabacines en dados sobre la tabla de corte y ponerlos en un plato.
- 3.a- (Para el profesorado) Freír los calabacines en la freidora (15 minutos aproximadamente a 200 °C y remover cada 5 minutos).
- 3.b- (Para el profesorado) Meter los calabacines en el microondas dentro de un recipiente de cristal (10 minutos).
- 4.- Batir los huevos en un recipiente hondo.
5. Mezclar los calabacines fritos con los huevos batidos, aplastar un poco y echar sal (dejar reposar un poco para que se mezcle bien).
- 6.- Calentar un poco de aceite en la sartén.
- 7.- (Para el profesorado) Cuando esté caliente el aceite, verter la mezcla de huevo y patata.
- 9.- Esperar a que se haga por el otro lado y sacar al plato.
- 10.- Al hilo del plato Harvard, como tenemos ya la verdura y la proteína, añadimos pan (hidratos) para lograr así un plato saludable.

NOTAS:

- Quizá sea necesario freír los calabacines en dos tandas, se fríen en 10 minutos.
 - El profesor o la profesora darán la vuelta a las tortillas en la sartén.
-

9. RECOGIDA DEL TALLER

Será responsabilidad de todos recoger el taller, guardarlo todo donde corresponda, limpiar los utensilios utilizados y dejarlo en orden. Recoger las sillas será responsabilidad de cada uno. Los responsables de cada una de las mesas designados al inicio de la sesión serán los encargados de que el aula quede tal y como la hemos encontrado, limpia y ordenada.

*NOTA: Todo el material deberá guardarse seco en el interior de los armarios. No dejar secando en el fregadero, por favor.

Para impulsar una correcta gestión de los residuos y que el alumnado adopte actitudes a favor del medio ambiente, los residuos generados en la sesión se clasificarán y trasladarán a los contenedores correspondientes

ORGÁNICOS: Piel de calabacín ————— + huevos	Tirar al compost (parte trasera del edificio del taller de cocina).
PAPEL Y CARTÓN	Depositar en el contenedor azul
OTROS ENVASES: Latas, _____, plásticos, etc.	Depositar en el

10. VALORACIÓN Y CATA

Al finalizar cada sesión se valorará el taller. Será importante dedicar el tiempo correspondiente a este momento.

Por otro lado, también se pretende que disfruten de la satisfacción que da comer elaboraciones propias, por lo que mientras se juntan en torno a la mesa y degustan sendos trozos de tortilla se hará una valoración de la sesión.

Esta valoración servirá para ver si se van cumpliendo las ideas que traían, si lo acordado avanza, si les ha resultado difícil, si les ha gustado... y adecuar así la intervención pedagógica de los profesores en las siguientes sesiones.

3.1 PLANIFICACIÓN POR SESIONES

Sesión 2

En esta sesión se elaborarán chocapics de chocolate y gominolas saludables, por lo que una vez sentados en torno a la mesa se leerá la receta con tranquilidad y se repartirán los trabajos.

	Momentos:	Material:
5 min	1. Organización del	- Harina - Un recipiente profundo
50 min	2. Cereales de chocolate saludables	- Aceite - 100% cacao - Papel de horno - Edulcorante - Horno - Esencia de vainilla - Cuchara - Varilla - Agua - Un vaso
15	3. Gominolas saludables	- Gelatina - Exprimidor - Naranjas - Cuchillo - Bol - Cazuela - Cuchara de silicona - Fuego - Molde
15	4. Recoger el taller	
15	5. Cata y preparación de las bolsitas	- Bolsas pequeñas
15	6. Decoración de las bolsas grandes	- Bolsas grandes de papel
5 min	7. Valoración	





Cereales de chocolate



6-8



60 minutos

INGREDIENTES

- Harina (2 vasos)
- Aceite (1 cucharada)
- Cacao 100% (3 cucharadas)
- Edulcorante
(media cucharada)
- Esencia de vainilla
(media cucharada)
- Agua templada (medio vaso)

MATERIAL

- Agua
- Un recipiente profundo
- Un plato
- Papel de horno
- Horno
- Cuchara
- Varilla
- 3 vasos

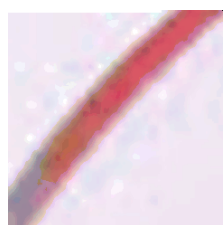
CÓMO SE HACE:

*Antes de empezar, el profesor o profesora precalentará el horno a 160° (colocar el horno en el icono del aire). Sacar la bandeja del horno para no calentarla y poder manipularla más tarde.

- 1 Mezclar la harina y el cacao en el bol grande.
2. Echar agua en un vaso, un poco de aceite, edulcorante y esencia de vainilla y remover con una cuchara.
3. Añadir esta mezcla a la anterior y remover hasta obtener una pasta homogénea.
4. Dividir en trozos pequeños y con los dedos dotarles del aspecto de los cereales para que todos sean parecidos.
5. Dejar los cereales sobre el papel de horno y meter al horno a 160 ° durante 15-20 minutos. Sacarlos cuando se vean listos.
6. Fregar antes de seguir con la siguiente receta.
7. Dejar enfriar un poco y degustar uno o dos. Meter todos los demás en pequeñas bolsas y reservar para poder llevarlos a casa.

NOTAS:

Guardar los cereales en bolsitas en la caja grande de la cocina, no llevarlos a casa. El miércoles habrá que guardarlos en las bolsas grandes, y al mediodía las repartirán los monitores.
Si la mezcla queda pegada, echar un poco de harina.



Gominolas



6-8



15 minutos

INGREDIENTES

- 250 ml zumo naranja
(5 naranjas)
- Una bolsa de gelatina (10 g)

MATERIAL

- Exprimidor
- Cuchillo
- Una cazuela
- Fuego
- Lengua (cuchara de silicona)
- Moldes
- Frigorífico

CÓMO SE HACE:

1. Cortar las naranjas y exprimir.
2. Filtrar el zumo.
3. Poner una cazuela a calentar al fuego (potencia media).
4. Añadir un poco de zumo (100 ml) y guardar el resto.
5. Cuando empiece a hervir, añadir la bolsa de gelatina y remover hasta disolver bien.
6. Cuando la mezcla se vea homogénea (sin grumos), añadir el resto del zumo, verter la mezcla y apagar el fuego.
7. Colocar la mezcla en los moldes e introducirla en el frigorífico 24 horas.

NOTAS:

Cuidado con el fuego. El alumnado de la ESO lo podrá manipular conforme a su grado de madurez. En el caso de los de Educación Primaria, lo hará el profesorado.

4. RECOGIDA DEL TALLER

Será responsabilidad de todos recoger el taller, guardarlo todo donde corresponda, limpiar los utensilios utilizados y dejarlo en orden. Recoger las sillas será responsabilidad de cada uno. Los responsables de cada una de las mesas designados al inicio de la sesión serán los encargados de que el aula quede tal y como la hemos encontrado, limpia y ordenada.

*NOTA: Todo el material deberá guardarse seco en el interior de los armarios. No dejar secando en el fregadero, por favor.

Para impulsar una correcta gestión de los residuos y que el alumnado adopte actitudes a favor del medio ambiente, los residuos generados en la sesión se clasificarán y trasladarán a los contenedores correspondientes

ORGÁNICOS: Piel de calabacín + huevos	—————→	Tirar al compost (parte trasera del edificio del taller de cocina).
PAPEL Y CARTÓN	—————→	Depositar en el contenedor azul
OTROS ENVASES: Latas, plásticos, etc	—————→	Depositar en el ...

5. CATA Y PREPARACIÓN DE LAS BOLSITAS

Se trata de disfrutar de la satisfacción que da comer algo hecho por uno/a mismo/a, pero no tiene por qué ser aquí y ahora, de modo que cada cual probará uno o dos cereales en torno a la mesa y lo que sobre se repartirá entre todos con la idea de llevarlo a casa en una pequeña bolsa.

Esta valoración servirá para ver si se van cumpliendo sus objetivos, si lo acordado sigue adelante, si les ha resultado difícil, si les ha gustado... y adecuar así la intervención pedagógica del profesorado en las siguientes sesiones.

6. DECORACIÓN DE LAS BOLSAS GRANDES

Para poder llevar a casa los cereales y gominolas tendremos que preparar una bolsa de papel. El profesor o la profesora coge las bolsas de papel que hay en el último cajón del grupo B y reparte una a cada uno. En el mismo lugar encontraremos las plantillas. Cada uno coge una, la decora y la pega en la bolsa.

La bolsita de cereales se introducirá en esta bolsa y se reservará en la caja grande del taller de cocina.

7. VALORACIÓN

Al finalizar cada sesión se valorará el taller. Será importante dedicar el tiempo correspondiente a este momento. Esta valoración servirá para ver si se van cumpliendo sus objetivos, si lo acordado sigue adelante, si les ha resultado difícil, si les ha gustado... y adecuar así la intervención pedagógica del profesorado en las siguientes sesiones.

3.1 PLANIFICACIÓN POR SESIONES

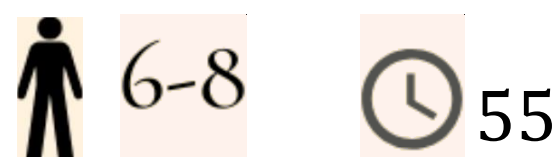
Sesión 3

En la tercera y última sesión haremos pizza casera. Para subrayar la importancia de una alimentación sana, la elaboraremos con productos que tenemos en casa, así sabremos en todo momento lo que estamos comiendo.

	Momentos:	Material:
5 min	1. Organización del aula	
10 min	2. Elaboración de la pizza	<ul style="list-style-type: none">- Una lata de atún- Una lata pequeña de pimientos rojos- Queso rallado- Aceitunas (media lata)- Harina- Levadura- Sal- Agua- Aceite- Cebolla- Tomate natural en lata
10 min	3. Desmolde de las gominolas y preparación de las bolsas	
10 min	4. Cata	
10 min	5. Recoger el taller	<ul style="list-style-type: none">• Plantillas de etiquetas y cintas• Tijeras• Rotuladores y pinturas• Pegamento de barra
	6. Valoración del taller	



Pizza casera



INGREDIENTES 55 minutos

PARA HACER LA MASA:

- Harina: 250 g
- Levadura (una bolsita)
- Sal (una cucharada pequeña)
- Agua templada: 125 ml
- Aceite (dos cucharadas)

PARA RELLENAR LA MASA:

- Aceite (cuatro cucharadas)
- Cebolla (media)
- Sal (una pizca)
- Tomate natural en lata: 500g
- Pimientos rojos (lata pequeña)
- Lata de atún
- Queso rallado: 100 g
- Aceitunas (un sobre)
- Orégano

MATERIAL

- Horno
- Olla
- Cuchillo
- Un plato
- Tabla
- Sartén con tapa
- Tenedor
- Molde de pizza
- Pasapuré ("chino")
- Papel de horno

CÓMO SE HACE:

*El profesor encenderá el horno a 200°C

PARA HACER LA SALSA DE TOMATE:

- 1.- Poner en una cazuela 4 cucharadas de aceite, la cebolla troceada y un poco de sal.
- 2.- Cuando la cebolla esté blanda y colorada, añadir el tomate y remover. Poner la tapa para que no salpique.
- 3.- Cuando el tomate esté listo, pasar por el pasapurés (chino).

PARA HACER LA MASA DE LA PIZZA:

- 4.- Con ayuda de una cuchara de madera, mezclar en un bol grande la harina, la levadura y la sal.
- 5.- Ir añadiendo agua tibia y aceite hasta conseguir la masa (hay que comprobar que no se pega en las manos).
- 6.- Espolvorear la mesa con harina y seguir amasando a mano.
- 7.- Colocar el papel del horno en el molde de pizza y extender la pasta.
- 8.- Limpiar la mesa.

PARA RELLENAR LA PIZZA:

- 9.- Trocear el bonito y los pimientos en un plato (depositar el aceite de la lata de bonito en el frasco de cristal junto a la freidora).
- 10.- Extender sobre la masa una buena capa de tomate y cubrir con queso rallado.
- 12.- Echar por encima los trozos de bonito y pimiento, decorar con aceitunas y espolvorear con orégano.
- 13.- (Para los profesores) Meter al horno a 200 °C durante 10 minutos. Después, intercambiar de sitio las dos pizzas (la que estaba arriba abajo y viceversa). El tiempo total es de 25 minutos o hasta que estén hechas.

DESMOLDE DE GOMINOLAS Y PREPARACIÓN DE BOLSAS

Cada responsable sacará del frigorífico el molde de gominolas de su grupo y lo llevará a su mesa. Con mucho cuidado sacarán las gominolas del molde, degustarán una y todas las demás se meterán en la bolsa pequeña para poder llevársela a casa. Esta bolsita se introducirá en la bolsa de papel preparada el día anterior y se cerrará.

NO LLEVAR BOLSAS, EL ÚLTIMO DÍA LAS REPARTIRÁN LOS MONITORES.

RECOGIDA DEL TALLER

Será responsabilidad de todos recoger el taller, guardarlo todo donde corresponda, limpiar los utensilios utilizados y dejarlo en orden. Recoger las sillas será responsabilidad de cada uno. Los responsables de cada una de las mesas designados al inicio de la sesión serán los encargados de que el aula quede tal y como la hemos encontrado, limpia y ordenada.

*NOTA: Todo el material deberá guardarse seco en el interior de los armarios. No dejar secando en el fregadero, por favor.

VALORACIÓN

Al finalizar las tres sesiones se valorará el taller. Será importante dedicar el tiempo que corresponde a este momento para saber si se han cumplido las intenciones acordadas en la primera sesión, si se ha llevado a cabo lo acordado, si se ha hecho difícil, si les ha gustado, cómo se han sentido... y posteriormente realizar los cambios necesarios en el taller y adecuar la intervención pedagógica de los profesores.

