

MANUAL DE PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS DE LA LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

Dirección de Licenciatura y Posgrado	Vigente a partir de: Agosto 2018	Clave: UFD-LG-PD-MN-08
	Versión: 1.0	Página 1 de 4

NOMBRE DE LA PRÁCTICA	Oaxaca	
RESPONSABLE:	Chef. Sandra Cruz Reyes	
ÁREA DE CEMA:	Cocina Promotora Club Pachuca	
DURACIÓN DE LA PRÁCTICA 3 horas	NÚMERO DE PRÁCTICA 2	HORARIO *en base a planeación

OBJETIVO:

Tener un primer contacto con la gastronomía aprendiendo conceptos generales de sus tipos y variedades e ingredientes más utilizados en la cocina, mediante la preparación de recetas

MATERIAL A UTILIZAR:

Tamales Oaxaqueños

INGREDIENTES

Para 7 rax

INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD
MASA		
Manteca de cerdo	1	Tza
Polvo para hornear	1	Cda
Sal	1	Cda
Harina de maíz	1	Kg
Caldo de cerdo, pollo o agua	1 ½	Tza
RELLENO		
Caldo de pollo	2	Tza

ELABORÓ	REVISÓ	AUTORIZÓ	LIBERÓ
MTRA ITZE NORIEGA MUÑOZ LÍDER ACADÉMICO	LIC ROSA ANGÉLICA BEJARANO LÓPEZ COORDINACIÓN DE CALIDAD	MTRA YESENIA LARA MAYORGA DIRECTORA DE LICENCIATURA Y POSGRADO	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS PRESIDENTA DEL CONSEJO UFD

MANUAL DE PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS DE LA LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

Dirección de Licenciatura y Posgrado	Vigente a partir de: Agosto 2018	Clave: UFD-LG-PD-MN-08
	Versión: 1.0	Página 2 de 4

Mole negro/rojo enpasta	200	Gr
Pierna de cerdo	1/2	Kg
Sal	c/n	
Hojas de plátano		

MISE EN PLACE

1. cocer y deshebrar el cerdo.
2. Asar las hojas de plátano y cortarlas en cuadros grandes.

Coloradito

INGREDIENTES

Para 7 rax

INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD
Chile ancho	0.100	Kg
Chile guajillo	0.050	Kg
Cebolla	0.200	Kg
Ajo	0.030	Kg
Jitomate saladet	0.400	Kg
Plátano macho	0.300	Kg
Clavos de olor	2	Pza
Ajonjolí	0.014	Kg
Canela en raja	0.007	Kg
Orégano	0.007	Kg
Bolillo	0.040	Kg
Sal	0.007	Kg
Pimienta negraentera	0.007	Kg
Manteca de puerco	0.160	Kg
Chocolate abuelita	0.045	Kg
Fondo de ave	1	L
Pierna y muslo		

MISE EN PLACE

1. Tostar, desepitar y remojar enagua caliente los chiles por 10 minutos hasta que se suavicen.

ELABORÓ	REVISÓ	AUTORIZÓ	LIBERÓ
MTRA ITZE NORIEGA MURO LÍDER ACADÉMICO	LIC ROSA ANGÉLICA BEJARANO LÓPEZ COORDINACIÓN DE CALIDAD	MTRA YESENIA LARA MAYORGA DIRECTORA DE LICENCIATURA Y POSGRADO	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS PRESIDENTA DEL CONSEJO UFD
Este documento es propiedad de la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte			

MANUAL DE PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS DE LA LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

Dirección de Licenciatura y Posgrado	Vigente a partir de: Agosto 2018	Clave: UFD-LG-PD-MN-08
	Versión: 1.0	Página 3 de 4

2. Freír el ajonjolí con manteca.
 3. Freír la cebolla y el ajo con manteca.
 4. Freír el plátano macho y el bolillo en con manteca.
- Asar la cebolla, ajos y jitomate.

DESARROLLO:

Tamales Oaxaqueños

1. Mezclar la manteca, el polvo para hornear y la sal; bata hasta que la manteca se torne blanca.
2. Añadir la harina de maíz y 1 taza de caldo, batir hasta que todo se incorpore y este bien mezclado (si la masa se ve o se siente seca, añadir el resto del caldo; debe quedar ligeramente aguada)

RELLENO

1. Calentar el caldo de pollo y disolver el mole, mezclar el mole con las carnes, si es necesario añadir sal y reservar.

MONTAJE

1. Sobre un cuadro de hoja de plátano colocar 1/3 de taza de masa y encima un poco de relleno.

Coloradito

1. Moler todos los ingredientes, excepto la manteca, el fondo y el chocolate.
2. Calentar la manteca y freír la salsa. Agregar el fondo y el chocolate.
3. Dejar a fuego lento hasta que espese y si es necesario agregar más fondo.
4. Retirar del fuego y servir con una pieza de pollo.

- Conclusiones:

Al finalizar la práctica el alumno dará un resumen de la práctica.

Observaciones

ELABORÓ	REVISÓ	AUTORIZÓ	LIBERÓ
MTRA ITZE NORIEGA MUÑOZ LÍDER ACADÉMICO	LIC ROSA ANGÉLICA BEJARANO LÓPEZ COORDINACIÓN DE CALIDAD	MTRA YESENIA LARA MAYORGA DIRECTORA DE LICENCIATURA Y POSGRADO	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS PRESIDENTA DEL CONSEJO UFD

MANUAL DE PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS DE LA LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

Dirección de Licenciatura y Posgrado	Vigente a partir de: Agosto 2018	Clave: UFD-LG-PD-MN-08
	Versión: 1.0	Página 4 de 4

COMPETENCIAS OBTENIDAS.

Fecha: _____

EVALUACIÓN

ASPECTOS A EVALUAR	DESCRIPCIÓN	% PONDERACIÓN
Conceptual	Registra y sintetiza claramente toda la información relacionada con la práctica.	50%
Procedimental	Hace debido uso y manejo del equipo.	15%
Actitudinal	Asiste en tiempo y forma a su práctica para recibir las indicaciones y desarrollar sus actividades en un ambiente de respeto y colaboración.	20%
Cognitiva	Siempre utiliza los recursos cognitivos necesarios para el procesamiento de la información al momento de integrar los resultados de cada una de los instrumentos de inteligencia.	15%
TOTAL		100%

ELABORÓ	REVISÓ	AUTORIZÓ	LIBERÓ
MTRA ITZE NORIEGA MURO LÍDER ACADÉMICO	LIC ROSA ANGÉLICA BEJARANO LÓPEZ COORDINACIÓN DE CALIDAD	MTRA YESENIA LARA MAYORGA DIRECTORA DE LICENCIATURA Y POSGRADO	DRA. GABRIELA MURGUIA CANOVAS PRESIDENTA DEL CONSEJO UFD