

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-14

Versión: 1.0

Página 1 de 5

NOMBRE DE LA PRÁCTICA	Puebla y Guanajuato	
RESPONSABLE:	Chef. Sandra Cruz Reyes	
ÁREA DE CEMA:	Cocina Promotora Club Pachuca	
DURACIÓN DE LA PRÁCTICA 3 horas	NÚMERO DE PRÁCTICA 5	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:

Mole Poblano

INGREDIENTES

Para 7 rax

INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD
Chile mulato	80	Gr
Chile ancho	50	Gr
Chile pasilla	60	Gr
Chile chipotle seco	50	gr
Manteca de cerdo	120	Gr
Romero	7	Gr
Tomillo	7	Gr
Pasas	40	Gr
Semillas de chile	30	Gr
Ajonjolí	10	Gr
Cacahuete pelado	40	Gr
Almendra	15	gr

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-14

Versión: 1.0

Página 2 de 5

Pepita (semilla calabaza)	15	Gr
Tortilla	140	Gr
Bolillo	420	Gr
Tomate	100	Gr
Jitomate saladet	250	Gr
Semilla de anís	7	Gr
Semilla de cilantro	7	Gr
Pimienta gorda	7	Gr
Clavo de olor	7	Gr
Canela en vara	7	Gr
Concentrado de pollo (knor)	125	Gr
Chocolate abuelita	180	Gr
Muslos de pollo		
Cebolla	1	Pza
Ajo	5	Dientes

MISE EN PLACE

1. Cocer los muslos en una cacerola con agua con los dientes de ajo, $\frac{1}{2}$ cebolla y sal.
2. Desvena el chile pasilla, el chile ancho y el chile mulato.
3. Pica la cebolla y el ajo en brunoise.
4. Asar los chiles chipotles con los jitomates. Pelar los jitomates y licuar con los chiles chipotles.
5. Freír el bolillo y la tortilla en manteca.

Pacholas

INGREDIENTES

Para 7 rax

INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD
Chile ancho	6	pza
Bolillo	1	Pza
Leche	$\frac{1}{2}$	tza
Carne molida de res	500	Gr

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-14

Versión: 1.0

Página 3 de 5

Canela en polvo	1/2	Cdta
Clavo en polvo	1/4	Cdta
Orégano seco molido	1/2	Cdta
Sal		
Aceite vegetal	1/2	Tza

MISE EN PLACE

1. Desvenar los chiles anchos y remojarlos en agua hirviendo hasta que estén suaves.
2. Remojar el bolillo en la leche.

DESARROLLO:

Mole poblano

1. Agregar manteca a un sartén y sofreír los chiles anchos, pasilla y mulato, evitar que se quemen.
2. Posteriormente agregar los chiles en una cacerola y saltearlos con un poco de manteca y agregar agua ofondo de ave y dejarlos en cocción 25 minutos aproximadamente.
3. Pasados los 25 minutos sacarlos de la cacerola y licuarlos y reservar.
4. En la misma cacerola agregar manteca y freír cebolla y ajo, agregar las almendras, cacahuates, clavos de olor, canela, pimienta y las semillas de anís (saltear), el bolillo y la tortilla y licuar.
5. Posteriormente agregar a la cacerola la pasta del punto 4 y las salsas (chiles y jitomate con chipotle) dejar cocer durante 5 minutos.
6. Agregar las tabillas de chocolate.
7. Cuando comience a hervir, agregar 1 litro de fondo de pollo y dejar cocer durante 20 minutos.
8. Pasados los 20 minutos agregar sal.
9. Tostar el ajonjolí a fuego medio hasta que se obtenga un color dorado.
10. Agregar las piezas de pollo al mole y servir, para decorar ocupar el ajonjolí tostado.

Pacholas

1. Licuar los chiles junto con la canela, el clavo y el orégano hasta obtener una pasta homogénea. Verter en la carne y sazonar con sal.
2. Retirar el bolillo de la leche y exprimir bien, agregarlo a la carne y mezclar bien perfectamente todo, formando una bola.

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

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-14

Versión: 1.0

Página 4 de 5

3. Colocar la carne sobre el metate y comenzar a dar forma delgada, moliendo más la carne.
4. Calentar el aceite en un sartén a fuego medio-alto y freír las pacholas hasta que se hayan dorado.
5. Escurrir el exceso de grasa con toallas de papel y se pueden servir con chips de papas fritas.

Elaboración de cortes de vegetales

- Conclusiones:

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

Observaciones

COMPETENCIAS OBTENIDAS.

Fecha: _____

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

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-14

Versión: 1.0

Página 5 de 5

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 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