

B1.16 Masterchef: cocina avanzada



- Sigue y proporciona instrucciones detalladas de cocina y recetas
- Vocabulario relacionado con ingredientes, utensilios y técnicas de cocina

Los ingredientes	<i>(Les ingrédients)</i>	Cocer	<i>(Cuire)</i>
La carne a la plancha	<i>(La viande grillée à la poêle)</i>	Asar	<i>(Rôtir/griller)</i>
El aceite de girasol	<i>(L'huile de tournesol)</i>	Condimentar	<i>(Assaisonner)</i>
El vinagre	<i>(Le vinaigre)</i>	Cocer arroz	<i>(Cuire du riz)</i>
La mostaza	<i>(La moutarde)</i>	Hervir agua	<i>(Faire bouillir de l'eau)</i>
La clara de huevo	<i>(Le blanc d'œuf)</i>	Batir huevos	<i>(Battre des œufs)</i>
La yema	<i>(Le jaune d'œuf)</i>	Freír patatas	<i>(Faire frire des pommes de terre)</i>
La coque1scara	<i>(La coquille)</i>	Pelar fruta	<i>(Éplucher des fruits)</i>
La nata	<i>(La crème)</i>	Cortar el pan	<i>(Couper le pain)</i>
La margarina	<i>(La margarine)</i>	Aliñar una ensalada	<i>(Assaisonner une salade)</i>
La leche entera	<i>(Le lait entier)</i>	Quemarse la comida	<i>(Brûler la nourriture)</i>
Hervido	<i>(Bouilli)</i>		

1. Scannez le code QR pour regarder la vidéo, ou lire le texte. (QR: Audio)



Para preparar una buena paella, se recomienda empezar con **caldo** de ave hecho a fuego lento, *para* extraer el máximo sabor. Primero se tuestan las carcasas y las alitas con cebolla y tomate. Luego se prepara el **sofrito** con **cebolla picada**, pimentón, **azafrán** y tomate, y se cocina hasta que quede seco. Se doran pollo y conejo, se añaden judías verdes y arroz, y al final se sube el fuego *para que* se forme el socarrat.

*Pour préparer une bonne paella, il est recommandé de commencer avec un **bouillon** de volaille mijoté à feu doux, afin de extraire un maximum de saveur. On fait d'abord griller les carcasses et les ailerons avec de l'oignon et de la tomate. Ensuite, on prépare le **sofrito** avec **de l'oignon haché**, du paprika, **du safran** et de la tomate, et on cuit jusqu'à ce qu'il soit sec. On fait dorer le poulet et le lapin, on ajoute des haricots verts et du riz, et à la fin on augmente le feu pour que le socarrat se forme.*

1. ¿Para qué se cocina el caldo durante cuatro horas?
 - a. Para extraer todo el sabor
 - b. Porque el pollo necesita cocerse siempre cuatro horas
 - c. Para que el arroz quede más blanco
 - d. A fin de que el sofrito no lleve tomate
2. Qué ingredientes se usan para hacer el sofrito?
 - a. Cebolla picada, pimentón, azafrán y tomate triturado
 - b. Conejo, alitas de pollo, patata y pimiento verde
 - c. Tomate entero, nata y queso
 - d. Judías verdes, arroz, caldo y sal

1-a 2-a



2. Grammaire: Phrases finales et causales : para, a fin de que, porque...

Les propositions finales et causales servent à dire dans quel but nous faisons quelque chose ou pourquoi nous le faisons.

- | | |
|---|--------------------------|
| 1. para + infinitif | même sujet. |
| 2. para que / a fin de que + subjonctif | sujets différents. |
| 3. porque / ya que + indicatif | raison réelle ou connue. |

Connecteur Exemple

Para	El chef ajusta el fuego para evitar errores durante la cocción. (<i>Le chef ajuste le feu pour éviter des erreurs pendant la cuisson.</i>)
Para que	El chef explica el proceso para que los alumnos comprendan la técnica. (<i>Le chef explique le processus pour que les élèves comprennent la technique.</i>)
A fin de que	Se repite la receta a fin de que el equipo mejore el resultado. (<i>On répète la recette afin que l'équipe améliore le résultat.</i>)
Porque	Se cambia el método porque el resultado no funciona. (<i>On change la méthode parce que le résultat ne fonctionne pas.</i>)
Ya que	Se simplifica el proceso ya que el tiempo es limitado. (<i>On simplifie le processus puisque le temps est limité.</i>)

- Bate las claras con energía _____ montar la nata más rápido. (*Fouette les blancs vigoureusement pour monter la crème plus vite.*)
a. porque b. a fin de c. para que d. para
- Te dejo la receta por escrito _____ no te olvides de los tiempos de cocción. (*Je te laisse la recette par écrit pour que tu n'oublies pas les temps de cuisson.*)
a. para b. para que c. ya que d. porque

1. para 2. para que

Réécrivez les phrases (QR: IA+)



- (Para) He reservado una mesa para las ocho. Quiero cenar tranquilo antes de la reunión de mañana.
_____ (*J'ai réservé une table pour dîner tranquillement avant la réunion de demain.*)
- (Para que) Voy a enviar el menú por correo. Quiero que tú lo revises hoy.
_____ (*Je vais envoyer le menu par e-mail pour que tu le révises aujourd'hui.*)
- (A fin de que) El chef va a repetir la explicación. Quiere que los nuevos compañeros entiendan la técnica.
_____ (*Le chef va répéter l'explication afin que les nouveaux collègues comprennent la technique.*)

1. He reservado una mesa para cenar tranquilo antes de la reunión de mañana. **2.** Voy a enviar el menú por correo para que tú lo revises hoy. **3.** El chef va a repetir la explicación a fin de que los nuevos compañeros entiendan la técnica.

Corrigez l'erreur

1. No uso mantequilla porque un alumno es alérgico.

Je n'utilise pas de beurre parce qu'un élève est allergique.

2. Bajo el fuego para que no se queme la salsa.

Je baisse le feu pour que la sauce ne brûle pas.

1. No uso mantequilla porque un alumno es alérgico. **2.** Bajo el fuego para que no se queme la salsa.

3.Exercices

1. Associez chaque mot à sa définition.

- | | |
|----------------------|---|
| a. condimentar | 1. Añadir sal, especias o salsas para dar más sabor al plato. |
| b. la clara de huevo | 2. Cocinar un alimento en agua hirviendo hasta que esté tierno. |
| c. cocer | 3. La parte blanca del huevo; se bate para hacerla espumosa. |

a-1 b-3 c-2



2. Bases pour une paella à la maison : guide rapide d'une école de cuisine (QR: Audio)



Remplissez les lacunes: azafrán, caldo, queme, cueza, condimenta, aceite de girasol, carne a la plancha

Muchos alumnos llegan a la escuela de cocina con la misma duda: por qué su paella queda sosa o se pega. La clave suele estar en un buen (1) _____ y en controlar el fuego. Para el sofrito, se recomienda cocinar cebolla picada con tomate triturado hasta que el tomate esté seco, y añadir (2) _____ al final para que no pierda aroma.

En casa, usa (3) _____ o de oliva para dorar primero la (4) _____, y (5) _____ con sal y pimienta antes de añadir el arroz. Mantén el caldo caliente para que el arroz (6) _____ de forma uniforme y evita remover para que no se rompa el grano. Sube el fuego al final solo si quieres socarrat, pero vigila para que no se (7) _____.

Beaucoup d'élèves arrivent à l'école de cuisine avec le même doute : pourquoi leur paella est fade ou attache. La clé se trouve souvent dans un bon bouillon et dans le contrôle du feu. Pour le sofrito, on recommande de cuire de l'oignon haché avec de la tomate concassée jusqu'à ce que la tomate soit sèche, et d'ajouter du safran à la fin pour qu'il ne perde pas son arôme.

À la maison, utilisez de l'huile de tournesol ou d'olive pour d'abord faire dorer la viande à la plancha, et assaisonnez avec du sel et du poivre avant d'ajouter le riz. Gardez le bouillon chaud pour que le riz cuise de manière uniforme et évitez de remuer pour que le grain ne se casse pas. Montez le feu à la fin seulement si tu veux du socarrat, mais surveillez pour que ça ne brûle pas.

(1) caldo, (2) azafrán, (3) aceite de girasol, (4) carne a la plancha, (5) condimenta, (6) cueza, (7) queme

1. ¿Qué pasos concretos seguirías para que el arroz cueza bien y para evitar que se queme al final?

3. Écoutez l'extrait audio et choisissez la bonne réponse. (QR: Audio)

Vrai Faux

- | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. La persona tiene que preparar una receta para un vídeo relacionado con su trabajo. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Va a condimentar la carne antes de ponerla en la plancha. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. La última vez se le estropeó el plato porque se despistó, y ahora quiere evitarlo con un temporizador. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



1-V 2-X 3-V

4. Choisissez la bonne solution

1. Enciende el fuego bajo para que el arroz se _____ poco a poco y no se pegue. *(Allume le feu à faible intensité pour que le riz cuise peu à peu et ne colle pas.)*
a. cocerá b. cueza c. cuece d. coza
 2. Baja la temperatura para que la carne no se _____ por fuera antes de quedar hecha por dentro. *(Baisse la température pour que la viande ne brûle pas à l'extérieur avant d'être cuite à l'intérieur.)*
a. quemara b. queme c. queméis d. quema
 3. Tapa la olla a fin de que los huevos se _____ bien sin romper la cáscara. *(Couvrez la casserole afin que les œufs cuisent bien sans casser la coquille.)*
a. cozan b. cuecen c. cuezan d. cocen
1. cueza 2. queme 3. cuezan

5. Jeu de rôle - dialogues (QR: Audio)



Cena y recetas por WhatsApp

- Marta (amiga que cocina):** *Luis, estoy con la cena y voy fatal: puse el arroz a cocer y creo que lo dejé sin agua; ya se me está pegando.*
(Luis, je suis sur le dîner et je m'en sors très mal : j'ai mis le riz à cuire et je crois que je l'ai laissé sans eau ; il est déjà en train d'attacher.)
- Luis (tú):** *Vale, apaga el fuego un momento y añade un poco de agua hirviendo; tápalo y déjalo a fuego bajo sin remover demasiado.*
(D'accord, éteins le feu un moment et ajoute un peu d'eau bouillante ; couvre-le et laisse-le à feu doux sans trop remuer.)
- Marta (amiga que cocina):** *Y la carne a la plancha me ha quedado sosa; solo tengo aceite de girasol, vinagre y mostaza.*
(Et la viande à la plancha est fade ; je n'ai que de l'huile de tournesol, du vinaigre et de la moutarde.)
- Luis (tú):** *Haz una vinagreta rápida: mezcla un chorrito de aceite de girasol, un poco de vinagre y una cucharadita de mostaza, y condimenta la carne con sal y pimienta si tienes.*
(Fais une vinaigrette rapide : mélange un filet d'huile de tournesol, un peu de vinaigre et une cuillère à café de moutarde, et assaisonne la viande avec du sel et du poivre si tu en as.)
- Marta (amiga que cocina):** *Perfecto. Para el postre quería hacer algo con huevo, pero no sé si batir los huevos enteros o separar la yema y la clara.*
(Parfait. Pour le dessert, je voulais faire quelque chose avec des œufs, mais je ne sais pas s'il faut battre les œufs entiers ou séparer le jaune et le blanc.)

1. ¿Qué problema tiene Marta con el arroz y qué solución le propone Luis?
-

6. Parler : traduire et répondre (QR: IA+)



Primero... y después... para que... / Uso aceite de girasol y sazono al final porque... / A fin de que quede bien, es importante...

1. Explica cómo prepararías una paella en casa para tus amigos: menciona dos o tres pasos y di por qué son importantes.

2. Estás cocinando y la comida empieza a quemarse: ¿qué haces para solucionarlo y qué medidas tomas para que no vuelva a pasar?

7. Écriture: WhatsApp (QR: IA+)

Hola, Laura. Soy Marta

El sábado vienen unos amigos a casa y queremos hacer una "cena MasterChef" entre dos. Yo me encargo del postre, pero necesito que tú lleves un plato principal. ¿Me pasas una receta con pasos claros?

Si puede ser algo tipo paella o arroz, mejor. Dime también qué **ingredientes** tengo que comprar (aceite, vinagre, mostaza, etc.) y cuánto tarda cada parte. La última vez casi se me **quemó la comida** por despistarme...



Rédigez une réponse appropriée: *Te propongo hacer... porque es fácil de organizar y queda muy bien. / Primero..., para que... / para evitar que... / Al final..., y deja reposar... unos minutos.*

Verbes importants	Cocer (cocer)	Quemarse (se brûler)
yo	Presente	Pretérito perfecto
tú	cuezo	me he quemado
él/ella/usted	cueces	te has quemado
nosotros/nosotras	cuece	se ha quemado
vosotros/vosotras	cocemos	nos hemos quemado
ellos/ellas/ustedes	cocéis	os habéis quemado
	cuecen	se han quemado