

## B1.16 Masterchef: cocina avanzada



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

<b>Los ingredientes</b>	<i>(Składniki)</i>	<b>Cortar el pan</b>	<i>(Kroić chleb)</i>
<b>El aceite de girasol</b>	<i>(Olej słonecznikowy)</i>	<b>Aliñar una ensalada</b>	<i>(Przyprawiać sałatkę)</i>
<b>El vinagre</b>	<i>(Ocet)</i>	<b>Condimentar</b>	<i>(Przyprawiać)</i>
<b>La mostaza</b>	<i>(Muszarda)</i>	<b>Hervido</b>	<i>(Gotowany)</i>
<b>La clara de huevo</b>	<i>(Białko jajka)</i>	<b>Hervir agua</b>	<i>(Gotować wodę)</i>
<b>La yema</b>	<i>(żółtko)</i>	<b>Cocer</b>	<i>(Gotować (potrawę))</i>
<b>La cáscara</b>	<i>(Skorupka)</i>	<b>Cocer arroz</b>	<i>(Gotować ryż)</i>
<b>La nata</b>	<i>(Śmietana)</i>	<b>Asar</b>	<i>(Piec / opiekać)</i>
<b>La margarina</b>	<i>(Margaryna)</i>	<b>Freír patatas</b>	<i>(Smażyć ziemniaki)</i>
<b>La leche entera</b>	<i>(Mleko pełne)</i>	<b>Batir huevos</b>	<i>(Ubijać jajka)</i>
<b>La carne a la plancha</b>	<i>(Mięso z grilla (na patelni))</i>	<b>Quemarse la comida</b>	<i>(Przypalić jedzenie)</i>
<b>Pelar fruta</b>	<i>(Obierać owoce)</i>		

### 1. Zeskanuj kod QR, aby ojezréc wideo, lub przeczytaj tekst.



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.

*Aby przygotować dobrą paellę, zaleca się zacząć od drobiowego **bulionu** gotowanego na małym ogniu, aby wydobyć maksymalny smak. Najpierw opieka się korpusy i skrzydełka z cebulą i pomidorem. Następnie przygotowuje się **sofrito** z **posiekanej cebuli**, papryki w proszku, **szafranu** i pomidorów, i gotuje, aż będzie suche. Rumieni się kurczaka i królika, dodaje fasolkę szparagową i ryż, a na końcu zwiększa się ogień żeby powstał socarrat.*

1. ¿Para qué se cocina el caldo durante cuatro horas?
  - a. A fin de que el sofrito no lleve tomate
  - b. Para que el arroz quede más blanco
  - c. Porque el pollo necesita cocerse siempre cuatro horas
  - d. Para extraer todo el sabor
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-d 2-a

## 2. Gramatyka: Zdania celowe i przyczynowe: para, a fin de que, porque...



Zdania celowe i przyczynowe służą do powiedzenia, po co coś robimy albo dlaczego to robimy.

- |  |                              |
|--|------------------------------|
| 1. para + bezokolicznik                                | ten sam podmiot.             |
| 2. para que / a fin de que + tryb łączący (subjuntivo) | różne podmioty.              |
| 3. porque / ya que + tryb oznajmujący (indicativo)     | rzeczywisty lub znany powód. |

Łącznik      Przykład

Para	El chef ajusta el fuego <b>para</b> evitar errores durante la cocción. <i>(Szeef kuchni reguluje ogień, aby uniknąć błędów podczas gotowania.)</i>
Para que	El chef explica el proceso <b>para que</b> los alumnos comprendan la técnica. <i>(Szeef kuchni wyjaśnia proces, żeby uczniowie zrozumieli technikę.)</i>
A fin de que	Se repite la receta <b>a fin de que</b> el equipo mejore el resultado. <i>(Powtarza się przepis, aby zespół poprawił rezultat.)</i>
Porque	Se cambia el método <b>porque</b> el resultado no funciona. <i>(Zmienia się metodę, ponieważ rezultat nie działa.)</i>
Ya que	Se simplifica el proceso <b>ya que</b> el tiempo es limitado. <i>(Upraszcza się proces, ponieważ czas jest ograniczony.)</i>

- Bate las claras con energía \_\_\_\_\_ montar la nata más rápido. *(Ubijaj energicznie białka, aby szybciej ubić śmietanę.)*  
 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. *(Zostawiam ci przepis na piśmie, żebyś nie zapomniał(a) o czasach gotowania.)*  
 a. para      b. para que      c. ya que      d. porque

1. para 2. para que

### Przepisz zwroty

- (Para) He reservado una mesa para las ocho. Quiero cenar tranquilo antes de la reunión de mañana.

*(Zarezerwowałem stolik, żeby spokojnie zjeść kolację przed jutrzejszym spotkaniem.)*

- (Para que) Voy a enviar el menú por correo. Quiero que tú lo revises hoy.

*(Wyślę menu mailem, żebyś ty przejrzał je dzisiaj.)*

- (A fin de que) El chef va a repetir la explicación. Quiere que los nuevos compañeros entiendan la técnica.

*(Szeef kuchni powtórzy wyjaśnienie, aby nowi koledzy zrozumieli technikę.)*

*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.*

### **Popraw błęd**

1. No uso mantequilla porque un alumno es alérgico.

---

Nie używam masła, ponieważ jeden uczeń ma alergię.

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

---

Zmniejszam ogień, żeby sos się nie przypalił.

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

### 3. Ćwiczenia

#### 1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

- |                      |   |
|----------------------|---|
| 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. Podstawy paelli w domu: szybki przewodnik ze szkoły gotowania (Audio)

**Wypełnij luki:** 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) \_\_\_\_\_.

*Wielu uczniów przychodzi do szkoły gotowania z tą samą wątpliwością: dlaczego ich paella wychodzi mdła albo przypiera. Klucz zwykle tkwi w dobrym bulionie i kontrolowaniu ognia. Do sofrito zaleca się smażyć posiekaną cebulę z rozgniecionym pomidorem, aż pomidor będzie suchy, i dodać szafran na końcu, żeby nie stracił aromatu.*

*W domu użyj oleju słonecznikowego albo oliwy z oliwek, aby najpierw zrumienić mięso na patelni, i popraw solą oraz pieprzem przed dodaniem ryżu. Utrzymuj bulion gorący, żeby ryż gotował się równomiernie, i unikaj mieszania, żeby nie połamać ziaren. Podkręć ogień na końcu tylko wtedy, gdy chcesz socarrat, ale pilnuj, żeby się nie przypaliło.*

*(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. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź.

- |   | Prawda                   | Falsz                    |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 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. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. Enciende el fuego bajo para que el arroz se \_\_\_\_\_ poco a poco y no se pegue. *(Ustaw niski ogień, żeby ryż gotował się powoli i nie przywierał.)*  
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. *(Zmniejsz temperaturę, żeby mięso nie przypaliło się z zewnątrz, zanim będzie gotowe w środku.)*  
a. quemara      b. queme      c. queméis      d. quema
  3. Tapa la olla a fin de que los huevos se \_\_\_\_\_ bien sin romper la cáscara. *(Przykryj garnek, aby jajka dobrze się ugotowały, nie rozbijając skorupki.)*  
a. cozan      b. cuecen      c. cuezan      d. cocen
1. cueza 2. queme 3. cuezan

#### 5. Odgrywanie ról - dialogi (SI+)

##### 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, jestem przy kolacji i idzie mi fatalnie: nastawiłam ryż do gotowania i chyba zostawiłam go bez wody; już mi się przypala.)*
- Luis (tú):** *Vale, apaga el fuego un momento y añade un poco de agua hirviendo; tápalo y déjalo a fuego bajo sin remover demasiado.*  
*(Dobra, wyłącz na chwilę ogień i dodaj trochę wrzątku; przykryj i zostaw na małym ogniu, nie mieszając zbyt dużo.)*
- Marta (amiga que cocina):** *Y la carne a la plancha me ha quedado sosa; solo tengo aceite de girasol, vinagre y mostaza.*  
*(A mięso z patelni wyszło mi bez smaku; mam tylko olej słonecznikowy, ocet i musztardę.)*
- 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.*  
*(Zrób szybką winegrete: wymieszaj odrobinę oleju słonecznikowego, trochę octu i łyżeczkę musztardy, i dopraw mięso solą i pieprzem, jeśli masz.)*
- 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.*  
*(Świetnie. Na deser chciałam zrobić coś z jajkiem, ale nie wiem, czy ubijać całe jajka, czy oddzielić żółtko i białko.)*

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

## 6. Mówienie (SI+)



*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. Pisanie: WhatsApp (SI+)

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...



**Napisz odpowiednią odpowiedź:** *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.*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ważne czasowniki	Cocer (gotować)	Quemarse (spalić się)
yo	cuezo	me he quemado
tú	cueces	te has quemado
él/ella/usted	cuece	se ha quemado
nosotros/nosotras	cocemos	nos hemos quemado
vosotros/vosotras	cocéis	os habéis quemado
ellos/ellas/ustedes	cuecen	se han quemado