

B2.32 En la clase de cocina



- Participar en actividades culinarias y talleres
- Sigue y ofrece instrucciones y técnicas de cocina detalladas
- Describir ingredientes, utensilios y métodos de preparación

El bol	<i>(misa)</i>	Cortar en dados	<i>(pokroić w kostkę)</i>
El cuenco	<i>(miska)</i>	Trocear una manzana	<i>(pokroić jabłko na kawałki)</i>
El tazón	<i>(miska (głęboki))</i>	Rallar queso	<i>(zetrzeć ser)</i>
La sopera	<i>(waza do zupy)</i>	Picar carne	<i>(drobić mięso (szatkować))</i>
La ensaladera	<i>(miska do sałaty)</i>	Dorar la cebolla	<i>(zeszklić cebulę)</i>
La cazuela	<i>(garnek (do zapiekania/gulaszu))</i>	Rebozar una pechuga	<i>(obtaczać pierś (w panierce))</i>
La olla a presión	<i>(szybkowar)</i>	Calentar una salsa	<i>(podgrzać sos)</i>
El cacharro	<i>(garnek/naczynie)</i>	Cocer a fuego lento	<i>(gotować na małym ogniu)</i>
El recipiente	<i>(pojemnik)</i>	Cocer al vapor	<i>(gotować na parze)</i>
El sacacorchos	<i>(korkociąg)</i>	Exprimir un limón	<i>(wycisnąć cytrynę)</i>

1. Zeskanuj kod QR, aby ojezréc wideo, lub przeczytaj tekst. (QR: Audio)



Un centro de formación ofrece un curso básico de **técnicas de cocción** con aplicación de calor para quienes se inician y para quienes buscan mejorar. Se trabajan métodos clásicos como la **fritura**, los **asados** y los **salteados**, además de propuestas actuales como el **envasado al vacío**. Se explica qué técnica conviene en cada caso para cocinar con más eficacia y seguridad. La meta es comprender mejor la preparación y lograr resultados consistentes en casa o en talleres.

*Centrum szkoleniowe oferuje podstawowy kurs **technik gotowania** z zastosowaniem ciepła dla osób, które zaczynają, oraz dla tych, którzy chcą się doskonalić. Omawiane są klasyczne metody, takie jak **smażenie**, **pieczenie** i **smażenie na patelni**, a także współczesne propozycje, takie jak **pakowanie próżniowe**. Wyjaśnia się, która technika jest najodpowiedniejsza w danym przypadku, aby gotować skuteczniej i bezpieczniej. Celem jest lepsze zrozumienie przygotowania i osiągnięcie powtarzalnych rezultatów w domu lub na warsztatach. Vp>*

1. ¿Cómo está organizado el curso para facilitar el aprendizaje?
 - a. Por recetas rápidas centradas en postres y panadería
 - b. Por diferentes tipos de técnicas de cocción
 - c. Por turnos de servicio en restaurante y gestión de sala
 - d. Por niveles de cocina internacional y sus salsas típicas
2. Qué combinación de métodos incluye el programa del curso?
 - a. Técnicas clásicas y modernas, como freír y el envasado al vacío
 - b. Únicamente técnicas sin calor, como el marinado y el curado
 - c. Solo técnicas modernas, como la cocina molecular y la esféricación
 - d. Solo técnicas de pastelería, como templar chocolate y glasear

1-b 2-a



2. Gramatyka: Grzeczność werbalna

Grzeczność językowa pozwala zmienić bezpośrednią formę zdania, aby brzmieć milej, bardziej profesjonalnie lub mniej bezpośrednio.

1. Grzeczność językową można osiągnąć, zmieniając podmiot: zastępuje się "yo" formami takimi jak "tú", "uno" lub konstrukcjami z "se", aby uogólnić wypowiedź lub uniknąć bezpośredniej odpowiedzialności.
2. Trybu warunkowego, imperfecto oraz trybu łączącego (subjuntivo) używa się, aby łagodzić polecenia i prośby oraz brzmieć bardziej uprzejmie.

Cambiar sujeto (Zmiana podmiotu)

Ejemplo (Przykład)

Yo -> Tú

Yo caliente la salsa y siempre se pega (Podgrzewam sos i zawsze przywiera)
Cuando **calientas** la salsa, siempre se pega (Kiedy podgrzewasz sos, zawsze przywiera)

Yo -> Uno

Yo hago lo que puedo (Robię, co mogę)**Uno** hace lo que puede (Człowiek robi, co może)

Yo -> Se

He quemado la salsa (Przypaliłem/am sos)**Se ha quemado** la salsa (Sos się przypalił)

Tú -> Nosotros

Corta la manzana fino (Pokrój jabłko cienko)**Cortamos** la manzana fino (Kroimy jabłko cienko)

Atenuar órdenes (Łagodzenie poleceń)

Ejemplo (Przykład)

Imperativo -> deber/ tener que en condicional + infinitivo

Dora la carne (Obsmaż mięso)**Deberías** dorar la carne (Powinieneś/-aś obsmażyć mięso)

Pretérito perfecto -> Imperfecto de indicativo

Lo **has dicho** tarde (Powiedziałeś/-aś to za późno)**Podías haberlo** dicho antes. (Mogłeś/-aś powiedzieć to wcześniej.)

Presente -> Imperfecto de subjuntivo

Quiero más información (Chcę więcej informacji)Quisiera más información. (Chciałbym/Chciałabym więcej informacji.)

Używa się czasowników takich jak **agradecer** lub **rogar**, aby złagodzić formalną prośbę -> Te agradecería que trajeras el bol.

Używa się zdań wprowadzających, aby przygotować rozmówcę przed podaniem instrukcji lub rady -> ¿Puedo hacerte una pregunta?

Słowa takie jak **solo** zmniejszają siłę komunikatu -> Solo quería probar la salsa.

1. ¿_____ rallar el queso en este cuenco, por favor? (Czy mogłabyś zetrzeć ser do tej miski, proszę?)

- a. Podrías b. Podrías que c. Podrías de d. Puedes

2. Solo quería comprobar si la salsa _____ pegado al fondo de la cazuela. (*Chciałem tylko sprawdzić, czy sos przywarł do dna garnka.*)

- a. he b. se han c. ha d. se ha

1. Podrías 2. se ha



Przepisz zwroty (QR: A1+)

1. Dame el informe antes de las cinco.

(*Czy mógłbyś dać mi raport przed piątą?*)

2. No me interrumpas en la reunión.

(*Byłbym wdzięczny, gdybyś nie przerywał mi podczas spotkania.*)

3. He dejado la ventana abierta toda la noche.

(*Okno zostało otwarte przez całą noc.*)

1. ¿Podrías darme el informe antes de las cinco? 2. Te agradecería que no me interrumpieras durante la reunión. 3. Se ha quedado la ventana abierta toda la noche.

Popraw błąd

1. Quiero que cortes la cebolla más fino.

Chciałbym, żebyś pokroił cebulę drobniej.

2. Te agradezco que traes el bol, por favor.

Byłbym wdzięczny, gdybyś przyniósł miskę, proszę.

1. Quisiera que cortaras la cebolla más fino. 2. Te agradecería que trajeras el bol, por favor.

3. Ćwiczenia

1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

- a. rebozar una pechuga 1. Cubrirla con harina y huevo para que se dore al freírla.
b. cocer a fuego lento 2. ¿Podrías dorarla hasta que tome color, sin que se quemé?
c. dorar la cebolla 3. Cocinar despacio para que el guiso quede tierno y no se pegue.

a-1 b-3 c-2



2. Podstawowe zasady i techniki – warsztat kulinarny (QR: Audio)

Wypełnij luki: rebozará, cortar en dados, troceará, rebozarla, olla a presión, cocer a fuego lento, bol, cazuela, dorar la cebolla, ensaladera, exprimir, recipientes



Para aprovechar el taller, el centro recomienda llegar diez minutos antes y llevar delantal. En cada puesto habrá un (1) _____, una (2) _____ y una (3) _____; se pide mantener el espacio limpio y usar (4) _____ distintos para alimentos crudos y cocinados. Durante la práctica se trabajarán técnicas de calor como saltear y (5) _____, además de tareas de preparación: rallar queso, (6) _____ un limón y (7) _____.

El profesorado insiste en la seguridad: si se utiliza la (8) _____, conviene leer la etiqueta y no forzar la tapa. Para un resultado uniforme, se aconseja (9) _____ antes de calentar la salsa y, si se prepara una pechuga, (10) _____ con cuidado para que no se desprenda el empanado. En la próxima sesión el grupo (11) _____ manzana y (12) _____ pollo; al final se compartirá la lista de utensilios recomendados.


Aby jak najlepiej skorzystać z warsztatu, centrum zaleca przyjść dziesięć minut wcześniej i zabrać fartuch. Na każdym stanowisku będzie miska, salaterka i rondel; prosi się o utrzymanie miejsca w czystości i używanie oddzielnych pojemników do produktów surowych i ugotowanych. Podczas zajęć będą ćwiczone techniki obróbki cieplnej, takie jak smażenie na patelni i gotowanie na małym ogniu, a także zadania przygotowawcze: tarcie sera, wyciskanie cytryny i krojenie w kostkę.

Prowadzący kładą nacisk na bezpieczeństwo: jeśli używa się szybkowaru, warto przeczytać etykietę i nie wymuszać otwierania pokrywki. Aby uzyskać równomierny efekt, zaleca się podsmażyć cebulę przed podgrzaniem sosu, a jeśli przygotowuje się pierś, panierować ją ostrożnie, aby panierka nie odchodziła. Na następnych zajęciach grupa pokroi jabłko na kawałki i będzie panierować kurczaka; na koniec zostanie udostępniona lista zalecanych przyborów kuchennych.

(1) bol, (2) ensaladera, (3) cazuela, (4) recipientes, (5) cocer a fuego lento, (6) exprimir, (7) cortar en dados, (8) olla a presión, (9) dorar la cebolla, (10) rebozarla, (11) troceará, (12) rebozará

1. ¿Qué medidas de seguridad y organización recomienda el centro y qué técnicas y tareas prácticas se mencionan en el taller?

3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

- | | Prawda | Falsz | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Durante la clase, el profesor indicó que se dorara la cebolla antes de preparar las verduras. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |  |
| 2. La manzana se utilizó en una ensalada y no se cocinó a fuego lento. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| 3. Prepararon la pechuga en una olla a presión para ahorrar tiempo. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

1-V 2-V 3-X

4. Wybierz poprawne rozwiązanie

- Si llegas tarde al taller, _____ la manzana en _____ dados al final para no retrasar al grupo. *(Jeśli spóźnisz się na warsztaty, na końcu pokroisz jabłko w kostkę, żeby nie opóźniać grupy.)*
a. trocearías b. troceaste c. trocearás d. trocees
- Te agradecería que mañana _____ la pechuga con cuidado y la dejaras lista antes de la demostración. *(Byłbym ci wdzięczny, gdybyś jutro obtoczył pierś w panierce ostrożnie i zostawił ją gotową przed pokazem.)*
a. rebozarías b. rebozases c. rebozarás d. rebozas
- Cuando termines de exprimir el limón, _____ la cebolla muy fina y la dorarás a fuego medio. *(Kiedy skończysz wyciskać cytrynę, drobno posiekasz cebulę i zrumienisz ją na średnim ogniu.)*
a. trocearás b. trocearías c. troceas d. trocees

1. trocearás 2. rebozarás 3. trocearás

5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)



Duda técnica en taller

Chef Marta: *Antes de seguir, ojo con la cebolla: primero hay que dorarla en la cazuela, no solo pocharla, para que después la salsa tenga más cuerpo y sabor.*

(Zanim pójdziemy dalej, uwaga na cebulę: najpierw trzeba ją zrumienić w rondlu, a nie tylko zeszklić, żeby potem sos miał więcej treści i smaku.)

Alumno/a: *Vale, entonces la corto en dados y la doro; ¿la salsa la caliento en la olla a presión o mejor en un recipiente aparte?*

(Dobrze, więc kroję ją w kostkę i rumienię; a sos podgrzewam w szybkowarze czy lepiej w osobnym naczyniu?)

Chef Marta: *En un recipiente aparte, mejor en un bol o en un cuenco y a fuego suave; la olla a presión la usamos para la carne, y después la dejamos cocer a fuego lento para que quede tierna.*

(W osobnym naczyniu, najlepiej w misce lub w miseczce i na małym ogniu; szybkowaru używamy do mięsa, a potem zostawiamy je, żeby gotowało się na małym ogniu, aby było miękkie.)

Alumno/a: *Perfecto; y la pechuga, ¿la rebozo antes o después de exprimir el limón para el adobo?*

(Świetnie; a pierś, obtaczam ją przed czy po wyciśnięciu cytryny do marynaty?)

Chef Marta: *Primero haces el adobo: exprimes el limón en un tazón, mezclas los ingredientes y luego rebozas la pechuga justo antes de pasarla a la sartén. (Najpierw robisz marynatę: wyciskasz cytrynę do miseczki, mieszasz składniki, a potem obtaczasz pierś tuż przed położeniem jej na patelnię.)*

1. ¿Qué dos pasos técnicos corrige la chef y por qué son importantes?

6. Mówienie (QR: AI+)

Si no te importa, ¿podrías repetir cómo...? / Primero... y después..., cocer a fuego lento si hace falta. / Para esto suelo usar un bol o una cazuela, y luego lo pico o lo rallos.



1. Estás en una clase de cocina y el chef explica una receta bastante rápida: ¿qué instrucciones le pedirías que repitiera o aclarara y por qué?

2. Describe brevemente cómo prepararías un plato sencillo en un taller de cocina, mencionando dos técnicas y dos utensilios o recipientes que usarías.

7. Pisanie: E-mail (QR: AI+)

Hola, Marta:

Para el taller del jueves (19:00) vamos a preparar una **crema de verduras** y una **ensalada templada**. Trae, por favor, un **bol** o **tazón** mediano y un **recipiente** con tapa para llevarte una ración.

- La crema la haremos en **olla a presión**, así que conviene venir con manga larga.
- En la ensalada: primero hay que **dorar la cebolla** y luego **cortar en dados** la manzana.

Si no tienes **sacacorchos** en casa, dímelo y llevo uno. ¿Puedes confirmarme si tienes alguna alergia?

Un saludo,
Clara Sanz



Napisz odpowiednią odpowiedź: *Te agradecería que me confirmaras si... / ¿Podrías indicarme si es imprescindible traer...? / En principio puedo llevar..., pero si hace falta...*

Ważne czasowniki

yo
tú
él/ella/usted
nosotros/nosotras
vosotros/vosotras
ellos/ellas/ustedes

Trocear (*pokroić*)

Futuro simple
trocearé
trocearás
troceará
trocearemos
trocearéis
trocearán

Rebozar (*obtaczać*)

Futuro simple
rebozaré
rebozarás
rebozará
rebozaremos
rebozaréis
rebozarán